

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Старожиловский детский сад №2 "Ивушка" муниципального образования - Старожиловский муниципальный район Рязанской области

 УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующего Старожиловским детским

 садом №2 «Ивушка»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Е. Денисова

15.08.2022

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников младшей смешанной группы на 2022 – 2023 учебный год**

Составители воспитатели младшей группы:

Амаханова З.Э., Немецкова Н.Н.

 **Цель:** создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ

 **Задачи:**

- создание условий для двигательной активности и физического развития детей;

- использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ;

- взаимодействие с родителями по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Группа** | **Периодичность выполнения** | **Ответственные** |
| **1** | ***Оптимизация режима*** |  |  |  |
| 1.1 | Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года | 2 младшая и средняя группа | Ежегодно | Воспитатели |
| 1.2 | Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе.  | 2 младшая группа | Ежегодно | Воспитатели |
| 1.3 | Организация прогулок: первую половину дня и вторую половину дня не менее 3-х часов | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.4 | Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно установленного режима | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.5 | Организация НОД в соответствии с СанПин, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.6 | Организация четырёх разового питания: завтрак, обед, полдник, ужин | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| **2** | ***Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа*** |  |  |  |
| 2.1 | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю | 2 младшая и средняя группа | Ежегодно | Воспитатели |
| 2.2 | Организация бесед с детьми по валеологии | 2 младшая и средняя группа | Согласно планам воспитателей | Воспитатели |
| 2.3 | Организация утренней гимнастики | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | ВоспитателиМузыкальный руководитель |
| 2.4 | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.5 | Организация спортивных вечеров досуга, праздников здоровья | 2 младшая и средняя группа | Ежемесячно | Музыкальный руководительВоспитатели |
| 2.6 | Организация воздушных, солнечный ванн в режимных моментах, гимнастика после сна | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.7 | Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.8 | Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.9 | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 3.0 | Использование релаксационных пауз: минутки тишины; музыкальные паузы | 2 младшая и средняя группа | Согласно планам воспитателей | Воспитатели |
| 3.1 | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| 3.2 | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:Систематическое проветривание; влажная уборка; кварцевание | 2 младшая и средняя группа | В осенний и весенний период | ВоспитателиМладшие воспитатели |
| 3.3 | Обеспечение полноценного рационального, здорового питания: использование в меню детей овощных салатов, фруктовых соков, кисломолочных продуктов и т.д. | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| **4** | ***Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей*** |  |  |  |
| 4.1 | Организация утреннего приёма с определением состояния детей | 2 младшая и средняя группа | Ежедневно | Воспитатели |
| **5** | ***Взаимодействие с родителями*** |  |  |  |
| 5.1 | Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей | 2 младшая и средняя группа | Согласно плана воспитателя | Воспитатели |
| 5.2 | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: на стендах; на сайтах сада; папка – передвижки; стенгазеты | 2 младшая группа | Систематическое | Воспитатели |
| 5.3 | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы | 2 младшая и средняя группа | По мере необходимости | Воспитатели |