



УТВЕРЖДЕНО

приказом заведующего № 8/1

от «04» сентября 2021 г.

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в
Истинском детском саду «Колобок»
на 2021 – 2022 учебный год**

Цель: Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурных центров во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	Организация режима.			
1.1.	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно,	Все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели

1.2.	утверждённому режиму для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года. Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Младшая группа	Ежегодно	Воспитатели Старшая медсестра
1.3.	Организация прогулок в первой половине дня и второй половине дня не менее 3-х часов.	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4.	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно установленному режиму.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5.	Организация ООД в соответствии с нормативными документами, обязательное проведение физкультминуток в течение НОД.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6.	Организация четырёх-разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед,	Все возрастные группы	Ежедневно	Повар, воспитатель, старшая

	уплотнённый полдник.			медсестра, младший воспитатель
2.	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1.	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – группа; 1 раз – на открытом воздухе	Все возрастные группы	Постоянно	Воспитатели
2.2.	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – группа. Тёплый период года – прогулочная площадка.	Все возрастные группы	Постоянно	Воспитатели Музыкальный руководитель
2.3.	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	Все возрастные группы	Постоянно	Воспитатели
2.4.	Организация спортивных вечеров досуга, праздников здоровья.	Все возрастные группы	Согласно плану.	Воспитатели
2.5.	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах,	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	гимнастика после сна.			
2.6.	<p>Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)</p> <p>Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.</p>	Все возрастные группы	Ежедневно (июнь, июль, август)	Воспитатели
2.7.	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Старшая медсестра
2.8.	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Музыкальный руководитель
2.9.	<p>Использование релаксационных пауз:</p> <ul style="list-style-type: none"> - минутки тишины - музыкальные паузы 	Все возрастные группы	Согласно плану	Воспитатели Музыкальный руководитель
2.10.	Осмотр детей узкими	Все	Ежегодно	Старшая

	специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	возрастные группы		медсестра Педиатр районной больницы
2.11.	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, -влажная уборка, -кварцевание помещений	Все возрастные группы	В осенний и весенний период	Старшая медсестра
2.12.	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и.т.д.	Все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ
3.	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
3.1.	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	Все возрастные группы	Ежеквартально	Старшая медсестра
3.2.	Заполнение медицинских карт	Все возрастные группы	По мере необходимости	Педиатр

4.	Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
4.1.	Организация родительских собраний на тему сохранения и укрепления здоровья детей.	Все возрастные группы	Согласно плану	Воспитатели
4.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : -на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада, - папки передвижки.	Все возрастные группы	По мере необходимости	Воспитатели Старшая медсестра
4.3.	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	Все возрастные группы	Согласно плану просветительской работы	Старшая медсестра
4.4.	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках.	Все возрастные группы	Согласно плану	Воспитатели Музыкальный руководитель Старшая медсестра
5.	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			
5.1.	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми»		Периодически	Воспитатели

5.2.	<p>Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Обобщение опыта работы.</p>			Заведующий Воспитатели
5.3.	<p>Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»</p>			Воспитатели
5.4.	<p>Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.</p>			Воспитатели Музыкальный руководитель