

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
 Заведующий МБДОУ-  
 детский сад № 26 «Ласточка»  
 О.К. Теплякова  
 Приказ № 44-1  
 «26» 04 2014 г.



План мероприятий  
 по сохранению и укреплению здоровья воспитанников  
 в МБДОУ - д/с № 26 «Ласточка»

Цель: Осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание  
 здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, мини уголки по физкультуре во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик.
3. Сочетание психолого – педагогических подходов с лечебно – профилактическими, диагностическими мероприятиями.
4. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	<b>Оптимизация режима</b>			
1.1	Организация жизни детей в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима пребывания детей во всех возрастных группах на тёплый и холодный период года. Создание комфортного режима.	Все группы	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели Ст. медсестра.
1.2	Организация жизни детей в 1 мл.гр.. Заполнение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	1 младшая группа.	Ежегодно	Ст.воспитатель Воспитатель
1.3	Организация прогулки 2 раза в день : первая половина дня и вторая половина дня.	Все группы	Ежедневно. Исключения из – за климатических условий: сильный ветер – более 7 м/с, температура воздуха ниже минус 15 градусов, проливной ливень, сильная гроза.	Воспитатель.

1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима пребывания во всех возрастных группах.	Все группы	Ежедневно – 1 раз.	Воспитатель.
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель.
1.6	Организация четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник.	Все группы	Ежедневно	Повар, ст.медсестра, воспитатель, мл.воспитатель
2	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал, 1 раз – улица (спортивная площадка)	Все группы	Ежегодно.	Ст. воспитатель. Воспитатель.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, плана воспитателя.	Воспитатель.
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – улица.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель. Муз.руководитель.
2.3	Организация подвижных игр, полосы препятствий, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель.
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста	Ежемесячно.	Муз.руководитель. Воспитатель.

2.5	Организация воздушных ванн в режимные моменты. Массаж с использованием махровых рукавичек, гимнастика после сна, корригирующая гимнастика.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель.
2.6	Организация водных процедур (умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) в режимные моменты. Обливание ног перед дневным сном – тёплый период года.	Все группы	Ежедневно.  Июнь, июль, август.	Воспитатель.
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по ребристой доске и доске нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель.
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель.
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы - игры забавы.	Все группы	Ежедневно	Воспитатель
2.8	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	Все группы	Ежедневно	Воспитатель
2.9	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	Все группы	Согласно плана ст. медсестры.	Ст.медсестра.
3.0	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	Все группы	Согласно плана ст. медсестры.	Ст. медсестра
3.1	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: – витаминизированные салаты, - систематическое проветривание, - влажная уборка.	Все группы	В осенний и весенний период	Ст.медсестра Воспитатель. Мл.воспитатель

3.2	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фрукты, овощные салаты, фруктовые соки, напитки из садовых ягод, кисломолочные продукты и т.д.	Все группы	Ежедневно	Ст медсестра
4	<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	2 мл.гр, ср.гр, ст.гр. подг.гр.	Сентябрь Май	Ст.воспитатель Воспитатель. Ст.медсестра
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	Дети: 3 лет 4 лет 5 лет 6 лет 7 лет.	Согласно исполнения дня рождения ребёнка в соответствии с данными возрастными категориями.	Ст.медсестра.
4.3	Ведение экрана заболеваемости во всех возрастных группах	Все группы	Заполнение экрана на основании медицинского заключения.	Воспитатель
4.4	Утренний фильтр (определение состояния здоровья детей)	Все группы	Ежедневно.	Воспитатель. Ст.медсестра.
4.5	Заполнение медицинской карты	Все группы	По мере необходимости.	Ст. медсестра
5	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	Все группы	Согласно, плана воспитателя.	Воспитатель
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада – рубрика «Здоровые дети – здоровая семья», - папки передвижки, - стенгазеты.	Все группы	Систематическое	Воспитатель Ст.воспитатель
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя	Все группы	По мере необходимости.	Воспитатель Ст.медсестра.

	современные методы и приёмы.			
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в городских соревнованиях.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста	Согласно планов проводимых мероприятий.	Ст.воспитатель Воспитатель
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			
6.1	Проведение педагогических советов на тему « Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ – приоритетное направление в нашем детском саду»	Согласно графику		Ст.воспитатель
6.2	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)	Согласно графику		Ст.воспитатель
6.4	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»	В течение года		Воспитатель
6.5	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			

### Тематика Дней здоровья в МБДОУ - д/с № 26 «Ласточка»

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»;	Июнь-Июль
«Быть здоровыми хотим – помогает нам режим»;	Сентябрь
«Гигиена, чистота – нам здоровье, красота»;	Октябрь
Здоровое питание»	Ноябрь
«Спорт – здоровье», «Движение-здоровье»;	Декабрь
«Нет» - вредным привычкам»;	Январь
«Народные игры – удалцам раздолье и забава»;	Февраль – Март
«Веселье и смех – нам здоровье и успех»;	Апрель
Природа и здоровье»	Май-июнь

