

## План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

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

Задачи:

-Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).

-Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.

-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 пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	разновозрастная группа	Ежегодно	Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	младшая группа	Ежегодно	Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно,	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели

	установленного режима.			
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация трех разового питания: завтрак, , обед, полдник.	разновозрастная группа	Ежедневно	Повар, воспитатели,
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 – на открытом воздухе	разновозрастная группа	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	разновозрастная группа	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики.  Холодный период года – физкультурный зал.  Тёплый период года – улица.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели Муз.руководитель
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	разновозрастная группа	Ежемесячно	Муз. руководитель Воспитатели

2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытье рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	разновозрастная группа	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	разновозрастная группа	Согласно плану	

3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	разновозрастная группа	Согласно плана	
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	разновозрастная группа	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и.т.д.	разновозрастная группа	Ежедневно	Администрация
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)	разновозрастная группа	Сентябрь Май	Ст.воспитатель Воспитатели
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	разновозрастная группа	Раз в квартал	Воспитатели

4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	разновозрастная группа	Ежедневно	Воспитатели
4.4	Заполнение медицинской карты	разновозрастная группа	По мере необходимости	
<b>5</b>	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	разновозрастная группа	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	разновозрастная группа	Систематическое	Воспитатели,
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	разновозрастная группа	По мере необходимости	Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в	разновозрастная группа	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели

	районных соревнованиях.			
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			
6.1	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)			разновозрастная группа
6.2	Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			разновозрастная группа
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			разновозрастная группа
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			разновозрастная группа