

## План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников на 2021 – 2022 учебный год

Цель: Созданий 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 и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
<b>Оптимизация режима</b>				
1.				
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.	все возрастные подгруппы	Ежегодно	Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	младшая подгруппа	Ежегодно	Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация трех разового	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Повар,

питания:	воспитатели,
завтрак, , обед, полдник.	помощник воспитателя

## **Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа**

2

2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные подгруппы	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
2.3	Тёплый период года – улица. Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели

мере загрязнения)

2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей,	Воспитатели
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана	
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные подгруппы	Согласно плана	
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя

проветривание,

- влажная уборка,

- кварцевание

Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:

3.3	- использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и т.д.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Администрация ДОУ
-----	--	--------------------------	-----------	-------------------

#### **Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей**

4

4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Воспитатели
-----	---	-----------------------	-----------------	-------------

Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)

4.2		все возрастные группы	Раз в квартал	Медицинская сестра
-----	--	-----------------------	---------------	--------------------

4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
-----	---	-----------------------	-----------	-------------

4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	
-----	------------------------------	-----------------------	-----------------------	--

5 **Взаимодействие с родителями и социальными институтами.**

5.1	<p>Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.</p>	<p>все возрастные группы</p>	<p>Согласно, плана воспитателя</p>	<p>Воспитатели</p>
5.2	<p>Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на стендах во всех возрастных группах,</li> <li>- папки передвижки,</li> <li>- стенгазеты.</li> </ul>	<p>все возрастные группы</p>	<p>Систематическое</p>	<p>Воспитатели</p>
5.3	<p>Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.</p>	<p>все возрастные группы</p>	<p>По мере необходимости</p>	<p>Воспитатели</p>
5.4	<p>Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.</p>	<p>все возрастные группы</p>	<p>Согласно планов проводимых мероприятий.</p>	<p>Воспитатели</p>
6	<p><b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b></p>			
6.1	<p>Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)</p>			<p>воспитатели</p>