**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников**

**на  2020 – 2021 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 (физкультурный зал,  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 | Периодичность выполнения | **Ответственные** |
| 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. | Ежегодно | Воспитатели  Воспитатели |
| 1.2 | Организация  процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад. | Ежегодно | Воспитатели  Воспитатели |
| 1.3 | Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.4 | Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно,  установленного режима. | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.5 | Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД. | Ежедневно | Воспитатели |
| 1.6 | Организация четырёх разового питания:  1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник. | Ежедневно | Повар,  воспитатели,  помощник воспитателя |
| 2 |
| 2.1 | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе | Ежегодно | Воспитатели  Воспитатели. |
| 2.2 | Организация бесед с детьми по валеологии. | Согласно,  планам воспитателей | Воспитатели |
| 2.2 | Организация утренней гимнастики.  Холодный период года – физкультурный зал.  Тёплый период года – улица. | Ежедневно | Воспитатели  Муз.руководитель |
| 2.3 | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке. | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.4 | Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья. | Ежемесячно | Муз.  руководитель  Воспитатели |
| 2.5 | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна. | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.6 | Организация водных процедур (гигиеничное умывание умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)  Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья  – тёплый период года. | Ежедневно          Июнь, июль, август | Воспитатели |
| 2.7 | Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам  с целью закаливания и профилактики плоскостопия. | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.7 | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма. | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.8 | Использование релаксационных пауз:  - минутки тишины  - музыкальные паузы | Согласно,  планам воспитателей,  специалистов | Воспитатели  Воспитатели |
| 2.9 | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей . | Ежедневно | Воспитатели |
| 3.0 | Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист) | Согласно плана МБУЗ ЦРБ Ст.Романовская | Ответственное лицо Согласно плана МБУЗ ЦРБ ст.Романовская |
| 3.1 | Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок. | Согласно плана МБУЗ ЦРБ Ст.Романовская | Ответственное лицо Согласно плана МБУЗ ЦРБ ст.Романовская |
| 3.2 | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:  - систематическое проветривание,  - влажная уборка,  - кварцевание | 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. | Ежедневно | Администрация ДОУ |
| 4 |
| 4.1 | Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года) | Сентябрь  Май | Воспитатели Воспитатели |
| 4.2 | Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья) | Раз в квартал | Воспитатели |
| 4.3 | Организация утреннего приёма с определением состояние детей | Ежедневно | Воспитатели |
| 4.4 | Заполнение медицинской карты | По мере необходимости | Ответственное лицо Согласно плана МБУЗ ЦРБ ст.Романовская |
| 5 |
| 5.1 | Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей. | Согласно, плана воспитателя | Воспитатели |
| 5.2 | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :  - на стендах во всех возрастных группах,  - сайт детского сада  - папки передвижки,  - стенгазеты. | Систематическое | Воспитатели, |
| 5.3 | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы. | По мере необходимости | Воспитатели |
| 5.4 | Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях. | Согласно планов проводимых мероприятий. | Воспитатели |
| 6 |
| 6.1 | Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов) |  | Воспитатели |
| 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. |  | Воспитатели Воспитатели, |
| 6.3 | Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?» |  | Воспитатели, |
| 6.4 | Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ. |  | Воспитатели, |