

Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение – детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно – эстетическому развитию детей №6 «Радость»

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:

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, утверждённому режиму для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года. | Ежегодно                 | Воспитатели<br>Воспитатели                        |
| 1.2   | Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.                                                       | Ежегодно                 | Воспитатели<br>Воспитатели                        |
| 1.3   | Организация прогулок: первую половину дня и вторую половину 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,<br>воспитатели,<br>помощник<br>воспитателя |
| 2     |                                                                                                                                                                                    |                          |                                                   |
| 2.1   | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза –                                                                                                        | Ежегодно                 | Воспитатели                                       |

|     |                                                                                                                                                                                                                 |                                                |                                                                      |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
|     | физкультурный зал, 1 раз – на открытом воздухе                                                                                                                                                                  |                                                |                                                                      |
| 2.2 | Организация бесед с детьми по валеологии.                                                                                                                                                                       | Согласно, планам воспитателей                  | Воспитатели                                                          |
| 2.2 | Организация утренней гимнастики.<br>Холодный период года – физкультурный зал.<br>Тёплый период года – улица.                                                                                                    | Ежедневно                                      | Воспитатели<br>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<br>Воспитатели                                      |
| 2.5 | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.                                                                                                                                | Ежедневно                                      | Воспитатели                                                          |
| 2.6 | Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)<br>Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года. | Ежедневно<br><br>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:<br>- минутки тишины<br>- музыкальные паузы                                                                                                                                   | Согласно, планам воспитателей, специалистов    | Воспитатели<br>Воспитатели                                           |
| 3.0 | Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)                                                                                                                                       | Согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района | Ответственное лицо<br>Согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района |
| 3.1 | Организация проведения профилактических прививок согласно, календарю прививок.                                                                                                                                  | Согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района | Ответственное лицо, согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района   |
| 3.2 | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:<br>- систематическое проветривание,                                                                                           | В осенний и весенний период                    | Воспитатели.<br>Помощники воспитателя                                |

|     |                                                                                                                                                                                                 |                                        |                                                                    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- влажная уборка,</li> <li>- кварцевание</li> </ul>                                                                                                      |                                        |                                                                    |
| 3.3 | Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:<br>- 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<br>Май                        | Воспитатели                                                        |
| 4.2 | Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)                                                                                                                 | Раз в квартал                          | Воспитатели                                                        |
| 4.3 | Организация утреннего приёма с определением состояния детей                                                                                                                                     | Ежедневно                              | Воспитатели                                                        |
| 4.4 | Заполнение медицинской карты                                                                                                                                                                    | По мере необходимости                  | Ответственное лицо, согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района |
| 5   |                                                                                                                                                                                                 |                                        |                                                                    |
| 5.1 | Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.                                                                                                           | Согласно плану воспитателя             | Воспитатели                                                        |
| 5.2 | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ:<br>- на стендах во всех возрастных группах,<br>- сайт детского сада<br>- папки передвижки,<br>- 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 планам проводимых мероприятий | Воспитатели                                                        |