

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 15 «Мишутка»

**План мероприятий
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
на 2022 – 2023 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
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Ежегодно	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, воспитатели, мл.воспитатель

2			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе	Ежегодно	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – улица.	Ежедневно	Воспитатели
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	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) 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	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 плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района	Ответственное лицо Согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского района
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно,	Согласно плану МБУЗ «ЦРБ» Волгодонского	Ответственное лицо, согласно плану МБУЗ

	календарю прививок.		«ЦРБ» Волгодонского района
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	В осенний и весенний период	Воспитатели. Младший воспитатель
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
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: - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	Систематическое	Воспитатели
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей,	По мере необходимости	Воспитатели

	используя современные методы и приёмы.		
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	Согласно планам 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
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»		Воспитатели,
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.		Воспитатели,