

Согласован на педагогическом совете
Протокол № 4 от 24.05.2022г.

Утвержден
приказом от 24.05.2022г.
№ 54/01-03

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
на 2022 – 2023 учебный год в МБДОУ № 12 «Ромашка» г. Калуги**

Цель: Снижение заболеваемости детей дошкольного возраста посредством формирования здоровьесберегающего пространства ДОУ и повышения качества работы по физическому развитию.

Задачи:

1. Совершенствовать условия для физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
2. Повышать компетентность педагогов по здоровьесбережению детей дошкольного возраста.
3. Использовать в работе с детьми современные здоровьесберегающие технологий.
4. Привлекать родителей воспитанников к созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Ожидаемые результаты:

1. Улучшение показателей физического развития, эмоционального состояния воспитанников;
2. Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижение числа случаев заболеваний в течение года).

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	Оптимизация режима			
1.1	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные группы	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 половину дня не менее 3-х часов	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастом детей, требованиями СанПиН, режимом дня.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	середине НОД.			
1.6	Организация 4-разового питания: завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник.	все возрастные группы	Ежедневно	Заведующий
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – групповая, 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы: - традиционные -сюжетно – игровые -тренировочные -игровые -контрольно - проверочные	Ежегодно	Инструктор по ФК, воспитатели
2.2	Организация работы с детьми по ЗОЖ.	средний и старший дошкольный возраст	По плану	Старший воспитатель, воспитатели
2.2	Проведение утренней гимнастики Холодный период года – помещение Тёплый период года – спортплощадка.	все возрастные группы: - сюжетно –игровая -игровая -традиционная -корректирующая -музыкально - ритмическая	Ежедневно	Воспитатели
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно	Инструктор по ФК, воспитатели
2.4	Организация праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	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.	все возрастные группы	Ежедневно Июнь, июль, август	Воспитатели

2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	По плану воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист и др.).	все возрастные группы	Согласно плана ГБУЗ КО «Детская больница»	Заведующий
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	По плану детской больницы	Заведующий, медсестра
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание, др.	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Завхоз
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, кисломолочных продуктов и т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ

3.4	<p><i>Профилактика заболеваний органов зрения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - контроль за рассаживанием детей с нарушением зрения; - контроль за детьми, которым постоянно прописано ношение очков; - проведение зрительной гимнастики во время занятий; - укрепление знаков на тренировку зрительного аппарата в группах; 	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.5	<p><i>Профилактика ОРВИ и гриппа</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - строгое соблюдение санэпидрежима в ДОУ; - витаминизация 3-го блюда; - фитотерапия, использование фитонцидов; - иммунизация детей и взрослых; - соблюдение режима прогулок, проветривания; - строгое выполнение закаливающих процедур с детьми 	все возрастные группы	Постоянно	Медсестра, администрация ДОУ, воспитатели, завхоз
3.6	<p><i>Профилактика инфекционных заболеваний</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - контроль за ведением журнала наблюдений; - контроль за утренним приемом детей; - контроль за выполнением санитарных правил; - выполнение программы производственного контроля; - 100 % охват детей реакцией Манту; - выполнение плана 	все возрастные группы	Постоянно	Медсестра, администрация ДОУ, воспитатели, завхоз

	профилактических прививок; - обследование детей и работников на наличие гельминтозов; - Санпрсветработа по вопросам гигиены с детьми, родителями, сотрудниками.			
3.7.	Открытие дополнительной платной услуги «Каратэ»	средний и старший дошкольный возраст	По расписанию (сентябрь-май)	Администрация ДОУ, инструктор по ФК,
4	Взаимосвязь со специалистами			
4.1.	<i>Логопед</i> - обучение детей правильному дыханию - обучение двигательным упражнениям с речевым сопровождением - развитие чувства ритма - развитие мелкой моторики - координация речи с движениями - интегрированные занятия с инструктором по физической культуре	все возрастные группы	В течение года	
4.2.	<i>Музыкальный руководитель</i> совместная подготовка к праздникам и развлечениям - выступления на мероприятиях - подбор музыкального сопровождения к комплексам, релаксации и т.д. - развитие чувства ритма, координации - обучение танцевальным движениям - интегрированные занятия с инструктором по физической	все возрастные группы	В течение года	

	культуре			
4.3.	Инструктор по ФК - интегрированные занятия - развлечения - спортивные праздники - Дни Здоровья - соревнования между группами - кружок «Каратэ»	средний и старший дошкольный возраст	В течение года	
5.	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
5.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года).	все возрастные группы	Сентябрь Май	Инструктор по ФК, воспитатели
5.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья).	все возрастные группы	(2 раза в год: начало и конец года)	Медицинская сестра
5.3	Организация утреннего фильтра с определением состояния детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
6	Взаимодействие с родителями			
6.1	Организация родительских собраний по направлению: сохранение и укрепление здоровья детей.	все возрастные группы	По плану воспитателя	Воспитатели
6.2	Информационная и наглядная пропаганда по ЗОЖ : - стенды; - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	все возрастные группы	Систематическое	Администрация, воспитатели
6.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей в домашних условиях.	все возрастные группы	В течение периода	Воспитатели
6.4	Привлечение родителей к участию в семейных спортивных праздниках.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели

	Изготовление буклета «Приобщение детей и родителей к формированию здоровьесориентированного образа жизни в условиях семьи».	все возрастные группы	Октябрь, 2022	Воспитатели
6.5	Привлечение медработников с целью просвещения родителей по вопросам здоровьесбережения.	все возрастные группы	В течение учебного года	Администрация
7	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей			
7.1	Организация выставок методической литературы на тему «Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов).		В течение учебного года	Старший воспитатель
7.2	Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями по данному направлению.		В течение учебного года	Старший воспитатель
7.3	Организация посещения городских методических мероприятий на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ».		В течение учебного года	Старший воспитатель
7.4	Разработка конспектов ОД и организация просмотра открытых занятий.		В течение учебного года	Старший воспитатель
7.5	Организация самообразования педагогов по данному направлению.		В течение учебного года	Старший воспитатель

7.6	Проектная деятельность по реализации физкультурно - оздоровительного направления в ДОУ.		В течение учебного года	Старший воспитатель, педагоги
-----	---	--	-------------------------	----------------------------------

Заведующий МБДОУ № 12 «Ромашка» г. Калуги

Н.Н.Даценко