



«Утверждаю»

И.о. заведующего

МБДОУ д/с №4 «Огонек»

Светкова А.М.

Приказ № 3

от

01.09.2021

**План мероприятий**  
**по сохранению и укреплению здоровья**  
**воспитанников в МБДОУ детский сад №4 «Огонек»**  
**г.о.г.Мантурово Костромской области**  
**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	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	<b>Оптимизация режима</b>			
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 группы	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе.	1 младшая группа	Ежегодно	Ст.воспитатель

	Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.			Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация пяти разового питания:  1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.	все возрастные группы	Ежедневно	Повар,  воспитатели,  помощник воспитателя
<b>2</b>	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы	Ежегодно	Ст. воспитатель,  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 – физкультурно- музыкальный зал.  Тёплый период года – улица.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели  Муз.руководитель
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Муз.  руководитель  Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.		Июнь, июль, август	
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	Согласно, планам 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)	все возрастные группы	Согласно плана ОБУЗ «Мантуровского ОБ	Ответственное лицо Ст.мед.сестра
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана ОБУЗ «Мантуровского ОБ	Ответственное лицо Ст.мед.сестра
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	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.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ. Комиссия по питанию
4	<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: декабрь, май )	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Ст.воспитатель Воспитатели

4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	все возрастные группы	Раз в квартал	Медицинская сестра
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей (утренний фильтр)	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	ОБУЗ «Мантуровского ОБ. Ст.мед сестра
5	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :  - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты. - соцсетях.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели,  Ст.воспитатель
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель  Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Ст.воспитатель  Воспитатели
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			
6.1	Просмотр открытых занятий, режимных моментов по Здоровьесбережению			Ст.воспитатель, Воспитатели, специалисты ДОУ
6.1	Тематический контроль по здоровьесбережению в рамках годового планирования			Воспитатели, специалисты ДОУ