

**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:

- Создание условий для двигательной активности и физического развития детей
- Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
- Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание</i>	<i>Группа</i>	<i>Периодичность выполнения</i>	<i>Ответственные</i>
1.	Оптимизация режима			
1.1	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных подгрупп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные подгруппы	Ежегодно	Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Дети раннего возраста	Ежегодно	Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели

	возрастными особенностями, согласно, установленного режима.			
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиНа обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация четырехразового питания: завтрак, второй завтрак обед, полдник.	все возрасты	Ежедневно	воспитатели Помощник
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал, 1 раз – на открытом воздухе	все возрасты	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	подгруппы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – в зале . Тёплый период года – улица.	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастны	Ежедневно	Воспитатели
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрасты	Ежемесячно	Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели

2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрасты	Согласно планам воспитателей,	Воспитатели
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана по договору	Заведующий
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана по договор	Заведующий
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрасты	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 возрасты	Ежедневно	Администрация ДОУ
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрасты	Сентябрь Май	Воспитатели
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	все возрасты	Раз в квартал	воспитател
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояние детей	все возрасты	Ежедневно	Воспитатели
4.4	Заполнение медицинской карты	все возрасты	По мере необходимости	Медсестра по договору
5	Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрасты	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	все возрасты	Систематическое	Воспитатели,
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей,	все возрасты	По мере необходимости	Воспитатели

	используя современные методы и приёмы.			
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрасты	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели
6	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			
6.1	Организация выставок методической литературы на тему «Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)			заведующий
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,