



УТВЕРЖДЕНО:
заведующий МБДОУ № 274
А.Е. Герлиц
приказ № 01-05-030 от 01.09.2023

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
в МБДОУ № 274
на 2023 – 2024 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.
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

1. Оптимизация режима				
	Мероприятие	Группы	Сроки	Ответственные
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	Заместитель заведующего по УВР Ст. воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	ясли	Ежегодно	Заместитель заведующего Ст.воспитатель Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половину 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 занятий в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине занятий.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация пятиразового разового питания: завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин.	все возрастные группы	Ежедневно	Заместитель заведующего по АХР, повар, воспитатели, помощник воспитателя
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
	Мероприятие	Группы	Сроки	Ответственные
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал, 1 раз – на открытом воздухе (старшие, подготовительные группы)	все возрастные группы	Ежегодно	Заместитель заведующего Ст. воспитатель, Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – улица.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
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	По плану	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.5	Организация гимнастики 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	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:- систематическое проветривание,- влажная уборка,	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Заместитель заведующего по УВР, 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
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
	Мероприятие	Группы	Сроки	Ответственные

4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Заместитель заведующего Ст.воспитатель Воспитатели Инструктор по физической культуре
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 состояние детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5	Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
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.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели, Ст.воспитатель Заместитель заведующего
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Заместитель заведующего Воспитатели Инструктор по физической культуре
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели Заместитель заведующего Инструктор по физической культуре
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»			Заместитель заведующего

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.			Ст.воспитатель, Воспитатели, специалисты ДОУ Заместитель заведующего Инструктор по физической культуре
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели, специалисты ДОУ
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			Воспитатели, специалисты ДОУ