



УТВЕРЖДАЮ

Ведущий МБДОУ №36 г. Азова

Ю. В. Попова

### План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников на 2022-2023 учебный год

**Цель:** Создание 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 МБДОУ.

№ 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 утверждённому режиму для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные группы	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели Медицинская сестра
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	младшая группа	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели
1.3	Организация прогулок: первую половину 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 установленному режиму.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели ст. воспитатель
1.6	Организация 4-х разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин	все возрастные группы	Ежедневно	Повар Медицинская сестра Воспитатели помощник
2	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			

2	<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 Физ. инструктор
2.2	Организация бесед с детьми по сохранению и укреплению здоровья.	Группы младшего и 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 Муз. руководитель Физ. инструктор
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Физ. инструктор
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Муз. руководитель Воспитатели Физ. инструктор
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	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
2.8	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.9	Использование релаксационных пауз: минутки тишины музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты

3.0	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Специалисты
3.1	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плану ЦГБ г. Азова	Ответственное лицо ЦГБ г. Азова
3.2	Организация проведения профилактических прививок согласно календарю прививок.	все возрастные группы	Согласно плану ЦГБ г. Азова	Ответственное лицо ЦГБ г. Азова
3.3	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: систематическое проветривание, влажная уборка, кварцевание генеральная уборка с дез.растворами	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя Медицинская сестра
3.4	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 МБДОУ
<b>4</b>	<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	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	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные группы	По мере необходимости	ЦГБ г. Азова
<b>5</b>	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно плану воспитателя	Воспитатели Медицинская сестра
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 Медицинская сестра

5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель Воспитатели Медицинская сестра
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно плану проводимых мероприятий.	Ст. воспитатель Воспитатели
<b>6</b>	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			
6.1	Организация выставок методической литературы на тему «Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)			Ст.воспитатель
6.2	Организация посещения методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			Ст.воспитатель, Воспитатели, специалисты МБДОУ
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели, специалисты МБДОУ
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			Воспитатели, специалисты МБДОУ