

Принято:  
на педагогическом совете  
от 31.08.2023 протокол № 1

Утверждаю:  
заведующая МБДОУ № 223  
«Детский сад общеразвивающего вида»  
И.П. Никифорова  
приказ № 185 от 31.08.2023г.

## **План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников на 2023-2024 учебный год МБДОУ № 223 «Детский сад общеразвивающего вида»**

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 (музыкально-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	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 половина дня не менее 3-х часов	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в	все возрастные	Ежедневно	Воспитатели

	соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	группы		
1.5	Организация ОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине ОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация пятиразового 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	Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по ЗОЖ	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики.  Холодный период года – музыкально-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	Ежемесячно	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)  Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый	все возрастные группы	Ежедневно  Июнь, июль,	Воспитатели

	период года.		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 ГАУЗ «КГДКБ № 2», ДП № 2. г. Кемерово	Ответственное лицо ГАУЗ «КГДКБ № 2», ДП № 2. г. Кемерово
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана ГАУЗ «КГДКБ № 2», ДП № 2. г. Кемерово	Ответственное лицо ГАУЗ «КГДКБ № 2», ДП № 2. г. Кемерово
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - обеззараживание воздуха рециркулятором	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
4	<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	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	ГАУЗ «КГДКБ № 2», ДП № 2. г. Кемерово
<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, 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,
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планам проводимых мероприятий.	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)			Воспитатели
6.2	Организация посещения открытых районных методических объединений. Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			Воспитатели
6.3	Самообразование педагогов			Воспитатели
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			