

План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников на 2021 – 2022 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 (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).

-Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.

-Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	Оптимизация режима			
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.	разновозрастная смешанная группа	Ежегодно	Воспитатель
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	разновозрастная смешанная группа	Ежегодно	Воспитатель
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
1.6	Организация 4-х разового питания: завтрак, обед, полдник, ужин	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Повар, воспитатель, помощник воспитателя
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	разновозрастная смешанная группа	Ежегодно	Воспитатель
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	разновозрастная смешанная группа	Согласно планам воспитателя	Воспитатель
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – групповая. Тёплый период года – улица.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель

2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
2.4	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	разновозрастная смешанная группа	Ежемесячно	Воспитатель
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	разновозрастная смешанная группа	Согласно планам воспитателя	Воспитатель
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
3.	Организация проведения профилактических мероприятий			
3.1	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	разновозрастная смешанная группа	Согласно плана	
3.2	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	разновозрастная смешанная группа	Согласно плана	
3.3	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	разновозрастная смешанная группа	В осенний и весенний период	Воспитатель. помощники воспитателя, диетсестра
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.	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Администрация СП
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			

4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Разновозрастная смешанная группа	Сентябрь Май	Воспитатель
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	разновозрастная смешанная группа	Раз в квартал	Диетсестра
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	разновозрастная смешанная группа	Ежедневно	Воспитатель
4.4	Заполнение медицинской карты	разновозрастная смешанная группа	По мере необходимости	
5	Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	разновозрастная смешанная группа	Согласно, плана воспитателя	Воспитатель
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	разновозрастная смешанная группа	Систематическое	Воспитатель
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	разновозрастная смешанная группа	По мере необходимости	Воспитатель
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)			Воспитатель
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.			Воспитатель
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатель
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			Воспитатель

