

Утверждаю:
заведующий МКДОУ
«Детский сад №14 «Рябинушка»
_____ Е. В. Апокина

План
мероприятий по сохранению и укреплению здоровья
воспитанников
МКДОУ «Детский сад №14 «Рябинушка»
на 2023 - 2024 учебный год

Цель: Обеспечение здоровья, безопасности и качества услуг по присмотру и уходу за детьми дошкольного возраста (статья 41 «Закона об образовании в РФ» (в ред. от 24.03.2021) и требования ФГОС ДО).

Задачи:

1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОО.
2. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).
3. Изучение и использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОО.
4. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по укреплению здоровья детей.

№ п.п	содержание	возрастная группа	периодичность выполнения	ответственные
1.	Оптимизация режима			
1.1	Организация пребывания детей в ДОО, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима на тёплый и холодный периоды времен года.	все возрастные группы	ежегодно	ст. воспитатель воспитатели
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: в первую половина дня и вторую половину дня	все группы	ежедневно	воспитатели

	не менее 3-х часов.			
1.4	Организация дневного сна в соответствии с установленным режимом дня.	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели
1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные группы	ежедневно	воспитатели
1.6	Организация четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	все возрастные группы	ежедневно	повар, воспитатели, помощник воспитателя
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю.	все возрастные группы	Ежегодно	инструктор физ-ры воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	старший дошкольный возраст	согласно, планов	воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – свежий воздух.	все возрастные группы	ежедневно	инструктор физ-ры воспитатели. муз.руководитель
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	инструктор физ-ры воспитатели. муз.руководитель
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)	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
	Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.		июнь, июль, 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 и др.)	все возрастные группы	согласно плана ЦРБ г.Людиново	ответственно е лицо ЦРБ г.Людиново
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	согласно плана ЦРБ г.Людиново	ответственно е лицо ЦРБ г.Людиново
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание.	все возрастные группы	в осенний и весенний периоды	воспитатели. Помощники воспитателя
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: использование в меню для детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, кисломолочных продуктов и т.д.	все возрастные группы	ежедневно	
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
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 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	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
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	ст. воспитатель воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	согласно планов групп и инструкторо - ра физо	воспитатели, инструктор физо
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»	все возрастные группы	согласно плана	ст.воспитатель
6.2	Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОО». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.	все возрастные группы	согласно плана	ст.воспитатель
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Укрепление здоровья детей»	все возрастные группы	согласно плана	ст.воспитатель
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОО..	все возрастные группы	согласно плана	ст.воспитатель
6.5.	Консультирование индивидуальное по вопросу «Укрепление здоровья детей»	все возрастные группы	систематически	ст.воспитатель

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067706

Владелец Апокина Елена Валентиновна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024