

План мероприятий по сохранению и  
укреплению здоровья воспитанников  
МДОУ – «Детский сад Березка» п.  
Красноармейский Романовского района  
Саратовской области

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 (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 разновозрастная группа	Ежегодно	Воспитатель младшей группы
1.3	Организация прогулок в 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, установленного режима.	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 трех разового питания:	все возрастные группы	Ежедневно	Повар, заведующий

	завтрак, обед, полдник.			воспитатели, младший воспитатель
2	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – в помещении , 1 раз – на улице	все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – в помещении. Тёплый период года – на улице.	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: досуга, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Воспитатели
2.5	Организация гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по массажной дорожке–тёплый период года.	все возрастные группы	Ежедневно  Июнь, июль, август	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	Воспитатели

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, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана Романовской районной больницы	Ответственное лицо Романовской районной больницы
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана Романовской районной больницы	Ответственное лицо Романовской районной больницы
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели младшие воспитатели
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, фруктовых соков, кисломолочных продуктов и.т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Заведующий
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 ФАПА, воспитатели.
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

<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	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 праздника	все возрастные группы	Согласно планов 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 на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			Воспитатели
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			Воспитатели