

## План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

на 2024 – 2025 учебный год

Цель: Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДО.

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 ДО.

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

№ п.п	Содержание	Подгруппа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	<b>Оптимизация режима</b>			
1.1	Организация пребывания детей в ДО, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные подгруппы	Ежегодно	Руководитель филиала Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	младшая подгруппа	Ежегодно	Воспитатели
1.3	Организация прогулок: первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями,	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели

согласно, установленного режима.

- |     |                                                                                                  |                          |           |                                          |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------|------------------------------------------|
| 1.5 | Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД. | все возрастные подгруппы | Ежедневно | Воспитатели                              |
| 1.6 | Организация трех разового питания: завтрак, обед, полдник.                                       | все возрастные подгруппы | Ежедневно | Повар, воспитатели, помощник воспитателя |

## **Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа**

2

- |     |                                                                                                                                                        |                          |            |              |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------|--------------|
| 2.1 | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе                            | все возрастные подгруппы | Ежегодно   | Воспитатели. |
| 2.2 | Организация утренней гимнастики.<br>Холодный период года – физкультурный зал.                                                                          | все возрастные подгруппы | Ежедневно  | Воспитатели  |
| 2.3 | Тёплый период года – улица.<br>Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке. | все возрастные подгруппы | Ежедневно  | Воспитатели  |
| 2.4 | Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.                                                                                             | все возрастные подгруппы | Ежемесячно | Воспитатели  |
| 2.5 | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных                                                                                                       | все возрастные           | Ежедневно  | Воспитатели  |

	моментах, гимнастика после сна.	подгруппы	Ежедневно	
2.6	Организация водных процедур (гигиеничное умывание , мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения)	все возрастные подгруппы		Воспитатели
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 подгруппы	Согласно, планам воспитателей,	Воспитатели
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные подгруппы	Согласно плана	
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные подгруппы	Согласно плана	

3.2	<p>Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:</p> <p>- систематическое проветривание,</p> <p>- влажная уборка</p>	все возрастные подгруппы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя
3.3	<p>Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:</p> <p>- использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, редко кисломолочных продуктов и.т.д.</p>	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Руководитель ДГ
4	<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>			
4.1	<p>Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)</p>	Все возрастные подгруппы	Сентябрь Май	Воспитатели
4.2	<p>Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)</p>	все возрастные подгруппы	Раз в квартал	Фельдшер ФАПа
4.3	<p>Организация утреннего приёма с определением состояния детей</p>	все возрастные подгруппы	Ежедневно	Воспитатели

4.4	Заполнение медицинской карты	все возрастные подгруппы	По мере необходимости	
5	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные подгруппы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ:			
5.2	- на стендах во всех возрастных группах, - группа в вк  - стенды	все возрастные подгруппы	Систематическое	Воспитатели,
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные подгруппы	По мере необходимости	Воспитатели
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.</b>			
6.1	Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.			Руководитель филиала, Воспитатели

Самообразование педагогов на  
тему: «Какая физкультура  
6.2 нужна дошкольнику?»

Воспитатели