

**План  
профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников  
в МБДОУ № 86 «Березка» г. Калуги**

**на 2022-2023 учебный год.**

**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.
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ пп	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
<b>1.</b>	<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	Ст.воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Группа раннего возраста	Ежегодно	Ст.воспитатель Воспитатели
1.3	Организация прогулок: в первую и вторую половины 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 четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели, помощник воспитателя
<b>2</b>	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 5 раз в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 2 раза – бассейн, 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели
2.2	Организация бесед с детьми по формированию здорового образа жизни	все возрастные группы	Согласно плана воспитателей	Воспитатели

2.2	Организация утренней зарядки. Холодный период года – физкультурный (музыкальный) 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; часов и дней 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, хождение по тропинке здоровья – тёплый период года.	все возрастные группы	Ежедневно  Июнь, июль, август	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 группы	Согласно планам педагогов	Воспитатели Логопед
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана: ГБУЗ КО «Детская городская больница»	Медработник
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана: ГБУЗ КО «Детская городская больница»	Медработник
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: систематическое проветривание, влажная уборка, кварцевание	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели. Младшие воспитатели
3.3	Обеспечение полноценного,	все возрастные	Ежедневно	Администрации

4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей	рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод и фруктов, кисломолочных продуктов и т.д.	группы			в ДОУ
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	Медработник		
4.3	Организация утреннего приема с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели		
5	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>					
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно плану 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	Один раз в месяц	Воспитатели, Медработник		
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель		
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов мероприятий.	Ст. воспитатель		
6	<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)	все возрастные группы	Конец года	Ст. воспитатель		
6.2	Посещение городских методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно-оздоровительной работы». Просмотр открытых занятий.	педагоги	В течение года	Воспитатели, специалисты ДОУ		
6.3	Консультирование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»	педагоги	Июнь	Воспитатели, специалисты ДОУ		
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.	Все возрастные группы	Лето	Воспитатели, специалисты ДОУ		