

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 3 Белоглинского района»**

Принята:

Педагогическим советом Заведующий

МБДОУ «ЦРР-д/с №3»

Протокол №1

от 30.08.2023 г.

Утверждаю:

МБДОУ «ЦРР-д/с №3»

_____ Т.А. Кравченко

Приказ №83/1 от 30.08.2023 г.

**План
мероприятий по сохранению и
укреплению здоровья воспитанников
МБДОУ «ЦРР – д/с № 3»**

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 (физкультурный зал, 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.	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.	все возрастные группы	Ежегодно	Старший воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	все возрастные группы	Ежегодно	Старший воспитатель Воспитатели Педагог - психолог
1.3	Организация прогулок: в	Все группы	Ежедневно	Воспитатели

	первую половину дня и вторую половина дня не менее 3-х часов.			
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация занятий в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине занятия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация четырёхразового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, 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. У детей старшего дошкольного возраста 2 раза - физкультурный зал, 1 раз - на открытом воздухе.	все возрастные группы	Ежегодно	Старший воспитатель, Воспитатели. Инструктор по физической культуре
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели Медицинская сестра

2.3	<p>Организация утренней гимнастики.</p> <p>Холодный период года- физкультурный зал. Тёплый период года - улица.</p>	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.4	<p>Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.</p>	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.5	<p>Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.</p>	все возрастные группы	Ежемесячно	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.6	<p>Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.</p>	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.7	<p>Организация водных процедур (умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения). Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождение по тропинке здоровья в тёплый период года.</p>	все возрастные группы	Ежедневно Июнь, Июль, Август	Воспитатели

2.8	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.9	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы.	все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты ДОУ
3.1	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.2	Осмотр детей узкими специалистами.	все возрастные группы	Согласно плану	Медицинская сестра
3.3	Организация проведения профилактических прививок согласно, календарю прививок.	все возрастные группы	Согласно плану	Медицинская сестра 1

3.4	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание.	все возрастные группы	Постоянно	Воспитатели Помощники воспитателя
3.5	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2раза в год: начало и конец года).	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Старший воспитатель Воспитатели Инструктор по физической культуре
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья).	все возрастные группы	Сентябрь Май	Медицинская сестра
4.3	Организация утреннего приёма, с определением состояние детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
4.4	Заполнение медицинской карты.	все возрастные группы	По мере необходимости	Медицинская сестра
5	Взаимодействие с родителями и социальными институтами			

5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно, плану воспитателя	Воспитатели Инструктор по физической культуре
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 Старший воспитатель Инструктор по физической культуре
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Старший воспитатель Воспитатели Инструктор по физической культуре
5.4.	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планам проводимых мероприятий.	Старший воспитатель Воспитатели Инструктор по физической культуре
6	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			

6.1	Организация выставок методической литературы на тему «Эффективные формы	Старший воспитатель
-----	--	------------------------

	<p>физкультурно - оздоровительной работы детьми» (опыт работы педагогов).</p>			
6.2	<p>Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.</p>			<p>Старший воспитатель Воспитатели, специалисты ДОУ</p>
6.3	<p>Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»»</p>			<p>Воспитатели, специалисты ДОУ</p>
6.4	<p>Проектная деятельность по реализации физкультурно - оздоровительного направления в ДОУ?</p>			<p>Воспитатели Специалисты ДОУ</p>