

**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное
учреждение**

«Сертоловский детский сад комбинированного вида №3»

(МДОБУ «Сертоловский ДСКВ №3»)

**План мероприятий
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
на 2024 – 2025 учебный год**

Сертолово, 2024

Цель: создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в структурном подразделении МДОБУ «Сертоловский ДСКВ №3».

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.

№	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.				
1.1.	Организация пребывания детей, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период периоды года.	Все возрастные группы	Ежегодно	Зам.заведующего по ВР Воспитатели
1.2.	Организация процесса адаптации или повторной адаптации вновь прибывших детей. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Группы раннего возраста, Младшие группы, Вновь прибывшие дети	Ежегодно	Зам.заведующего по ВР Воспитатели
1.3.	Организация прогулок: первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов за день	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
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 физкультминуток в зависимости от вида занятия и его содержания	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели, Специалисты
1.6.	Организация полноценного	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	четырёхразового питания: первый завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник			
1.7.	Организация питания детей, имеющих ограничения по продуктам питания, в соответствии с медицинским заключением	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.	Физкультурно – оздоровительная работа			
2.1.	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю	Группы младшего и старшего дошкольного возраста	Ежегодно	Воспитатели
2.2.	Организация утренней зарядки с музыкальным сопровождением	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
2.3.	Организация гимнастики пробуждения	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.4.	Организация воздушных и солнечных ванн в режимных моментах	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.5.	Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6.	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.			
2.7.	Использование традиционного и	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей			
2.8.	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы - мышечная релаксация	Все возрастные группы	Ежедневно Согласно планам воспитателей и специалистов	Воспитатели Специалисты
2.9.	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.10.	Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья.	Все возрастные группы	Ежемесячно	Воспитатели Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель
3.0.	Профилактическая работа			
3.1.	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	Все возрастные группы	Согласно плану ГБУЗ Сертоловской детской поликлиники	Врач Медсестра
3.2.	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	Все возрастные группы	Согласно плану ГБУЗ Сертоловской детской поликлиники	Врач Медсестра
3.3.	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Младшие воспитатели
4.0.	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
4.1.	Мониторинг физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Зам.заведующего по ВР Воспитатели Инструктор по физической культуре
4.2.	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Врач Медицинская сестра

4.3.	Организация утреннего приёма с определением состояния детей.	Все возрастные группы	Ежедневно	Врач Медицинская сестра
4.4.	Заполнение медицинских карт	Все возрастные группы	По мере необходимости	Врач Медицинская сестра
5.0.	Взаимодействие с родителями и социальными институтами			
5.1.	Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	Все возрастные группы	Согласно планам воспитателей и специалистов	Воспитатели Специалисты
5.2.	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада, - папки передвижки, - стенгазеты.	Все возрастные группы	Систематическое	Зам.заведующего по ВР Воспитатели Специалисты
5.3.	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	Все возрастные группы	Согласно плану проводимых мероприятий	Зам.заведующего по ВР Воспитатели Специалисты
5.4.	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, мастер – классах, в районных соревнованиях., в движении «ГТО»	Все возрастные группы	Согласно плану проводимых мероприятий	Зам.заведующего по ВР Воспитатели Специалисты
4.0.	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			
4.1.	Организация выставок методической литературы на тему «Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)			Зам.заведующего по ВР
4.2.	Организация посещения открытых районных методических объединений по здоровьесберегающим технологиям и физкультурно-оздоровительной работе.			Зам.заведующего по ВР Воспитатели Специалисты
4.3.	Самообразование педагогов по здоровьесберегающим			Воспитатели Специалисты

	технологиям и физкультурно- оздоровительной работе.			
4.4.	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления.			Воспитатели Специалисты