

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Рожковский детский сад» муниципального образования – Рязанский муниципальный район Рязанской области
ОГРН 1126215000196
390546, Рязанская область, Рязанский район, д. Рожок, ул. Центральная, д.16. тел. 97-19-97
ds.rozhok@ryazanprov.ru

«Утверждено»

Заведующая
МБДОУ «Рожковский детский сад»
муниципального образования -
Рязанский муниципальный район
Рязанской области

Давыдова Н.Н.
«08» 2022 г.

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
МБДОУ «Рожковский детский сад»
на 2022-2023 учебный год**

2022г.

Цель: созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДООУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития.
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методов в работе ДООУ.
3. Взаимодействие с родителями по созданию здоровьесберегающего пространства в ДООУ.

п.п Содержание

Группа

Периодичность
выполнения

Ответственные

1. Оптимизация режима

1.1 Организация пребывания детей в ДООУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года. все возрастные Ежегодно группы Ст. воспитатель Воспитатели

1.2 Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад. младшая Ежегодно группа Ст. воспитатель Воспитатели

1.3 Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина 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 Ежедневно группы Воспитатели

1.5 Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультурминутки в середине НОД. все возрастные Ежедневно группы Воспитатели

1.6 Организация четырёх разового питания: все возрастные Ежедневно группы Повар, Воспитатели,

1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.

воспитатели,

2 Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа

2.1 Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю; 2 раза – группа, все возрастные Ежегодно
1 раз – на открытом воздухе группы Ст. воспитатель,

2.2 Организация бесед с детьми по безопасности. Воспитатели,
группы Согласно, планам Воспитатели
младшего и воспитателей
старшего
дошкольного
возраста.

2.2 Организация утренней гимнастики. Воспитатели
Холодный период года – группа все возрастные Ежедневно
группы

Тёплый период года – улица.
2.3 Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований. Воспитатели
оздоровительного бега в группах и на прогулке все возрастные Ежедневно
группы

2.4 Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья. Воспитатели
все возрастные Ежемесячно
группы

2.5 Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна. все возрастные Ежедневно Воспитатели
группы
2.6 Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) все возрастные Ежедневно Воспитатели
группы

Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья –
тёплый период года.

		Июнь, июль, август	
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:	все	Согласно, планам воспитателей.
	- минутки тишины	возрастные	Специалисты
	- музыкальные паузы	группы	специалистов
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно Воспитатели
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:	все возрастные группы	В осенний и весенний период Воспитатели.
	- систематическое проветривание,		Помощники воспитателей
	- влажная уборка,		
	- кварцевание		
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания:	все возрастные группы	Ежедневно Администрация ДОУ
	- использование в меню детей фруктов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисло-молочных продуктов и.т.д.		
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей		

4.1. Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Ст.воспитатель Воспитатели
4.2. Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	все возрастные группы	Раз в квартал	Ст.воспитатель
4.3 Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5. Взаимодействие с родителями и социальными институтами.			
5.1 Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья все возрастные группы детей.	все возрастные группы	Согласно, плану воспитателя	Воспитатели
5.2 Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели,
- на стендах во всех возрастных группах.			Ст.воспитатель
- сайт детского сада			
- папки передвижки,			
- стенгазеты.			
5.3 Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель Воспитатели

5.4 Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях.	все возрастные группы Согласно планов проводимых мероприятий.	Ст.воспитатель Воспитатели
6 Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.		
6.1 Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно – оздоровительной работы в ДОО». Просмотр открытых занятий. Опыт работы.		Ст.воспитатель, Воспитатели, специалисты ДООУ
6.2 Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»		Воспитатели, специалисты ДООУ