Утверждаю
Заведующий ДОУ Линевским
МДС №2 «Ромашка»

_____С.М. Маслакова

План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

Цель: создание 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 и социальными партнёрами 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	Ст. 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	Ст. воспитатель Воспитатели
1.3.	Организация прогулок: первую половину дня и вторую половину дня не менее 3-х часов	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 НОД в	Все	Ежедневно	

	соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД	возрастные группы		Воспитатели
1.6.	Организация четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый 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: 2 раза-физкультурный зал или групповые комнаты, 1 раз на открытом воздухе	Все возрастные группы	Ежегодно	Ст. воспитатель Воспитатели
2.2.	Организация утренней гимнастики. Холодный период года физкультурный зал или групповые комнаты. 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 праздников, праздника здоровья.	Все возрастные группы	Ежеквартально	Воспитатели
2.5.	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6.	Организация водных процедур (гигиеническое 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 закаливания, профилактики плоскостопия	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8.	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	организма.			
2.9.	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	Все возрастные группы	Согласно планам воспитателей	Воспитатели
2.10.	Осмотр детей узкими специалистами	Все возрастные группы	Согласно плана	Медицинская сестра
2.11.	Организация проведения профилактических прививок согласно календаря прививок	Все возрастные группы	Согласно плана	Медицинская сестра
2.12.	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	Все возрастные группы	постоянно	Воспитатели, помощники воспитателя
2.13.	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания	Все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ
3.	**Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей**			
3.1.	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь, май	Ст. воспитатель воспитатели
3.2.	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди	Все возрастные группы	Ежеквартально	Медицинская сестра
3.3.	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
4.	**Взаимодействие с родителями.**			
4.1.	Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	Все возрастные группы	Согласно плана воспитателя	Воспитатели
4.2.	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада, - папки-передвижки.	Все возрастные группы	Систематическое	Ст. воспитатель Воспитатели
4.3.	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	Все возрастные группы	По мере необходимости	Ст. воспитатель Воспитатели

5	**Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.**			
5.1.	Организация посещений открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ». Просмотр открытых занятий. Обмен опытом работы.			Ст. воспитатель Воспитатели
5.2.	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели
5.3.	Проектная деятельность по реализации физкультурно-оздоровительного направления в ДОУ			Воспитатели