

## Приложение к годовому плану работы

### План профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в МБДОУ №88 «Алые паруса» г. Калуги на 2022-2023 учебный год.

**Цель:** Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, создание здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

**Задачи:**

1. Обеспечить условия для двигательной активности и физического развития детей.
2. Использовать здоровьесберегающие технологии и оздоровительные методики в работе педагогов ДОУ.
3. Способствовать взаимодействию с родителями по созданию единого здоровьесберегающего пространства для ребёнка.

№ 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 ДОУ.	группа раннего возраста, II-ая мл. гр., вновь прибывшие дети в другие группы	Ежегодно	Ст.воспитатель Педагог-психолог 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 занятий в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине занятия., физ. пауз между занятиями.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты
1.6	Обеспечение полноценного рационального четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	все возрастные группы	Ежедневно	Заведующий, воспитатели
<b>2</b>	<b>Физкультурно - оздоровительная и профилактическая</b>			
2.1	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников: мл. ср. гр. – 3 занятия в физ. зале;	все возрастные группы	Еженедельно	Воспитатели

	1 занятие в бассейне; ст., под.гр.- 2 занятия в физ.зале, 1 занятие на улице, 1 занятие в бассейне.			
2.2	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением: холодный период года – физкультурный, музыкальный залы. Тёплый период года - улица.	все возрастные группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2.3	Спортивные досуги, праздники здоровья, дни здоровья	все возрастные группы	Ежемесячно 2-3 раза в году ежемесячно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2.4	Воздушные и солнечные ванны, хождение босиком по «дорожке здоровья», обливание под душем( в тёплый период); оздоровительные упражнения после сна, ходьба по массажным дорожкам; полоскание полости рта после каждого приёма пищи.	все возрастные группы  все возрастные группы	В летний период  Ежедневно	Воспитатели  Воспитатели
2.5	Релаксационные паузы: - «минутки тишины», - «минутки смеха», - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно плана педагогов	Воспитатели, специалисты
	Беседы с детьми о здоровье и о здоровом образе жизни	Все возрастные группы	Согласно плана педагогов	Воспитатели, специалисты
<b>3.</b>	<b>Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)</b>			
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
<b>4</b>	<b>Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей</b>			
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 год	Медработник
<b>5</b>	<b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>			

5.1	Родительские собрания «Здоровье ребёнка в наших руках»	все возрастные группы	Ноябрь 2022г	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: стенды, папки-ширмы, стенгазеты, сайт ДОУ.	все возрастные группы	Один раз в месяц	Ст.воспитатель, медработник, воспитатели
5.3	Консультации, беседы, семинары-практикумы для родителей по здоровьесбережению .	все возрастные группы	В соответствии с планом	Медработник, ст.воспитатель, воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в городских соревнованиях.	все возрастные группы	Согласно планов мероприятий.	Ст.воспитатель Воспитатели
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей</b>			
6.1	Выставки методической литературы на тему : « Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми» Участие в работе семинаров, прослушивание лекций специалистов Центра здоровья и медицинской профилактики города Калуги	Воспитатели, специалисты	В течение года	Ст.воспитатель
6.2	Посещение городских методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно-оздоровительной работы». Просмотр открытых занятий.	Воспитатели, специалисты	В течение года	Ст. воспитатель
6.3	Семинары-практикумы, консультации, изучение статей и обсуждение их на тему «Здоровье ребёнка - это очень важно»	Воспитатели, специалисты	В течение года	Ст. воспитатель