

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
Новокаргинский д/с № 20  
Л.А.Неклюдова  
«            »            2020 г.



**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников  
на 2020 – 2021 учебный год**

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 (физкультурных центров во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	<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	Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Группа раннего возраста	Ежегодно	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,	все-возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

1.5	Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация пяти разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник, ужин	все возрастные группы	Ежедневно	Повар, воспитатели, младшие воспитатели
2	<b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – в группах , 1 раз – на открытом воздухе	все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация утренней гимнастики. 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 досугов, праздника здоровья.	все возрастные группы	Ежемесячно	Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	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  Июнь, июль, август	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Проведение дыхательной	все	Ежедневно	Воспитатели

	гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	возрастные группы		
2.9	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей,	Воспитатели
3.0	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана КГБУЗ «Енисейская районная больница»	Ответственное лицо КГБУЗ «Енисейская районная больница» Медицинская сестра
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели  младшие воспитатели
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов и.т.д.	все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ДОУ
4	<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) антропометрия	все возрастные группы	Сентябрь Май	Медицинская сестра
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Медицинская сестра
5	<b>Взаимодействие с родителями</b>			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :  - на стендах во всех возрастных группах,  - сайт детского сада  - папки передвижки,  - в Контакте	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели,
5.3	Консультации, беседы с родителями по оздоровлению детей.	все возрастные группы	По мере необходимости	Воспитатели
6	<b>Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей</b>			
6.1	Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?»			Воспитатели
6.2	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ			Воспитатели