

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Овсорокская СОШ»

Насирова Т.А.



**План мероприятий
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
на 2021 – 2022 учебный год**

Цель:

- создать условия для охраны и укрепления здоровья детей, организовать здоровьесберегающее пространство в дошкольной группе.

Задачи:

- создание условий для двигательной активности и физического развития детей;
- использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе дошкольной группы;
- взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в дошкольной группы.

| № п/п | Содержание | Периодичность выполнения | Ответственные |
|--|---|--------------------------|---------------|
| 1. Оптимизация режима | | | |
| 1.1. | Организация пребывания детей в ДГ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года. | ежегодно | воспитатель |
| 1.2. | Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад. | сентябрь, октябрь | воспитатель |
| 1.3. | Организация прогулок: первую половина дня и вторую половину дня не менее 2-х часов | ежедневно | воспитатель |
| 1.4. | Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима. | ежедневно | воспитатель |
| 1.5. | Организация НОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД. | ежедневно | воспитатель |
| 1.6. | Организация четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник. | ежедневно | воспитатель |
| 2. Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа | | | |
| 2.1. | Организация занятий по | ежегодно | воспитатель |

| | | | |
|--|--|------------------------------|-------------|
| | физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал , 1 раз – на открытом воздухе | | |
| 2.2. | Организация бесед с детьми по валеологии | ежедневно | воспитатель |
| 2.3. | Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный зал. Тёплый период года – улица. | ежедневно | воспитатель |
| 2.4. | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке | ежемесячно | воспитатель |
| 2.5. | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна. | ежедневно | воспитатель |
| 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. | ежедневно июнь-август | воспитатель |
| 2.7. | Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия. | ежедневно | воспитатель |
| 2.8. | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма. | ежедневно | воспитатель |
| 2.9. | Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы | согласно плана | воспитатель |
| 2.10. | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей . | согласно плана | воспитатель |
| 2.11. | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, | осенний, весенний период | воспитатель |
| 2.12. | Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод | ежедневно | воспитатель |
| 3.Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей | | | |
| 3.1. | Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в | сентябрь май | воспитатель |

| | | | |
|---|---|---------------------------------------|-------------|
| | год: начало и конец года) | | |
| 3.2. | Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья) | раз в квартал | воспитатель |
| 3.3. | Организация утреннего приёма с определением состояния детей | ежедневно | воспитатель |
| 4.Взаимодействие с родителями и социальными институтами. | | | |
| 4.1. | Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей. | по плану воспитателя | |
| 4.2. | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт школы - папки передвижки, - стенгазеты. | систематическое | воспитатель |
| 4.3. | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы. | по мере необходимости | воспитатель |
| 4.4. | Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях. | согласно плана проводимых мероприятий | воспитатель |
| 5.Взаимодействие с родителями и социальными институтами. | | | |
| 5.1. | Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей. | согласно плана | воспитатель |
| 5.2. | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: - на стендах в группе, - сайт, - папки передвижки, - стенгазеты. | систематическое | воспитатель |
| 5.3. | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы. | по мере необходимости | воспитатель |
| 5.4. | Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в районных соревнованиях. | план мероприятий | воспитатель |
| 6. Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей. | | | |
| 6.1. | Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» | согласно планов | воспитатель |
| 6.2. | Организация посещения открытых районных методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно | согласно планов | воспитатель |

| | | | |
|------|--|-----------------|-------------|
| | – оздоровительной работы в ДГ». Просмотр открытых занятий. Опыт работы. | | |
| 6.3 | Самообразование педагогов на тему: «Какая физкультура нужна дошкольнику?» | согласно планов | воспитатель |
| 6.4. | Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДГ. | согласно плана | воспитатель |