

План профилактической работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в МБДОУ №103 «Лесная сказка» г. Калуги на 2024-2025 учебный год

Цель: Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создать условия для двигательной активности и физического развития детей дошкольного возраста в течение пребывания в дошкольном учреждении.
2. Использовать здоровьесберегающие технологии и оздоровительные методики в воспитательно – образовательном процессе дошкольного учреждения.
3. Взаимодействовать с родителями (законными представителями) по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

| № п/п | Содержание | Группа | Периодичность выполнения | Ответственные |
|--|---|---|--------------------------|--|
| 1. Оптимизация режима | | | | |
| 1. | Организация пребывания детей в ДОУ в соответствии с возрастными особенностями согласно утвержденного режима для всех возрастных групп на теплый и холодный периоды времени года | все возрастные группы | ежедневно | старший воспитатель, воспитатели |
| 2. | Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад | группы раннего возраста, младшие группы | ежедневно | старший воспитатель, воспитатели |
| 3. | Организация прогулок в первую и вторую половину дня не менее 3 часов | все возрастные группы | ежедневно | старший воспитатель, воспитатели |
| 4. | Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно установленного режима | все возрастные группы | ежедневно | старший воспитатель, воспитатели |
| 5. | Организация НОД в соответствии с действующими СП, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД | все возрастные группы | ежедневно | старший воспитатель, воспитатели |
| 6. | Организация четырехразового питания: завтрак, 2-ой завтрак, обед, плотный полдник | все возрастные группы | ежедневно | воспитатели, младшие воспитатели |
| 2. Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа | | | | |
| 1. | Организация двигательной деятельности (занятий по физической культуре детей 3 раза в неделю: 2раза – | все возрастные группы | Ежегодно | воспитатели, инструктор по физической культуре |

| | | | | |
|-----|---|-----------------------|-----------------------------|--|
| | физкультурный зал, 1 раз – на открытом воздухе | | | |
| 2. | Организация бесед с детьми по валеологии | все возрастные группы | Согласно плана воспитателей | Воспитатели |
| 3. | Организация бесед с детьми по формированию здорового образа жизни | все возрастные группы | Согласно плана воспитателей | Воспитатели |
| 4. | Организация утренней гимнастики. Холодный период года – физкультурный (музыкальный) зал. Тёплый период года – спортивная площадка на улице. | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 5. | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 6. | Организация спортивных вечеров досуга, праздника здоровья | все возрастные группы | Ежемесячно | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| 7. | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 8. | Организация водных процедур (гигиеничное умывание, мытье рук перед приемом пищи и по мере загрязнения) | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 9. | Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинке здоровья – теплый период года | все возрастные группы | Июнь, июль, август | Воспитатели |
| 10. | Ходьба босиком, ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 11. | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 12. | Использование релаксационных пауз: минутки тишины, музыкальные паузы | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели, специалисты |
| 13. | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей | все возрастные группы | Ежедневно | Воспитатели |
| 14. | Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания | все возрастные группы | Ежедневно | Заведующий, старший воспитатель |

| 3. Укрепление здоровья воспитанников | | | | |
|---|--|-------------------------|---|---|
| 1. | Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист и т.д.) | все возрастные группы | Согласно плана ГБУЗ КО «Детская городская больница» | медработники |
| 2. | Организация проведения профилактических прививок согласно календаря прививок. | все возрастные группы | Согласно плана ГБУЗ КО «Детская городская больница» | медработники |
| | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: систематическое проветривание, влажная уборка, кварцевание | все возрастные группы | Ежедневно | воспитатели, младшие воспитатели |
| 4. Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей | | | | |
| 1. | Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года) | Все возрастные группы | сентябрь, апрель | старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физической культуре |
| 2. | Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья) | Все возрастные группы | Раз в квартал | воспитатели, медработники |
| 3. | Организация утреннего приёма с определением состояния здоровья детей (утренний фильтр) | Все возрастные группы | Ежедневно | воспитатели |
| 5. Взаимодействие с родителями | | | | |
| 1. | Организация родительских собраний, посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей. | все возрастные группы | Согласно плана воспитателя | воспитатели |
| 2. | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: на стендах во всех возрастных группах, сайт детского сада, папки-передвижки, стенгазеты. | все возрастные группы | Один раз в месяц | старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физической культуре |
| 3. | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы. | все возрастные группы | По мере необходимости | старший воспитатель, воспитатели |
| 4. | Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках, в соревнованиях. | все возрастные группы | Согласно плана работы с родителями | старший воспитатель, воспитатели |
| 5. | Активное участие родителей в ВФСК «ГТО» | подготовительные группы | октябрь-ноябрь | старший воспитатель, инструктор по |

| | | | | |
|--|---|-----------------------|---|----------------------------------|
| | | | | физической культуре |
| 6. Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей | | | | |
| 1. | Посещение городских методических объединений на тему «Современные оздоровительные технологии в системе физкультурно–оздоровительной работы». Просмотр открытых занятий. | педагоги | в течение года | Воспитатели, специалисты |
| 2. | Консультирование педагогов на тему: «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» | педагоги | сентябрь, май | старший воспитатель |
| 3. | Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ | Все возрастные группы | Согласно плана воспитателя, теплый период | старший воспитатель, воспитатели |
| 4. | Организация выставок методической литературы и современного оборудования по организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми | все возрастные группы | Конец года | старший воспитатель |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 265170146627871538706179163738914973990086477823

Владелец Матвеева Инна Анатольевна

Действителен с 23.11.2023 по 22.11.2024