

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребёнка – детский сад № 57 «Аленушка» города  
Рубцовска**

658222 г. Рубцовск, ул. Северная, 27  
телефон 2-63-20, 2-63-21, e-mail: [detsad57@bk.ru](mailto:detsad57@bk.ru)

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья  
воспитанников**

**Цель:**

осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в ДОУ.

**Задачи:**

- использование оздоровительных методик, апробированных в ходе инновации, систематическое и качественное их обновление;
- сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;
- разработка методов и средств повышения адаптивности организма с хроническими или приобретенными патологическими формами.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
<b>Профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия.</b>			
<b>Проведение специальных закаливающих процедур</b>			
Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать апробированные закаливающие методики, систематическое и качественное их обновление.			
1	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах.	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2	Сон при температуре воздуха 22 градуса	Ежедневно	Воспитатели
3	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна.	Ежедневно	Воспитатели
4	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания	Ежедневно	Музыкальные руководители, инструктор по физической культуре, воспитатели
5	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
6	Воздушные ванны при смене одежды перед	Ежедневно	Воспитатели групп



	прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.		
7	Тропа здоровья	Летний период	Воспитатели групп
<b>Профилактические мероприятия</b>			
Цель: использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.			
1	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний	1 раз в год	Медсестра, воспитатели групп
2	Лабораторное обследование детей (общий анализ крови, мочи, кал на я/гл.)	В теч. года	Медсестра
<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия.</b>			
Цель: организация оптимального рационального двигательного режима, регламентированной по интенсивности физической нагрузки, которая полностью удовлетворяет потребность детей в движениях, соответствует функциональным возможностям растущего организма и способствует укреплению здоровья детей.			
1	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
3	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке	Воспитатели, инструктор по физической культуре
4	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: — гимнастика для глаз; — пальчиковая гимнастика; — дыхательная гимнастика; — физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
5	Физкультурные досуги с участием родителей	В соответствии с годовым планом	Воспитатели, инструктор по физической культуре
6	Спортивные праздники	В соответствии с годовым планом	Воспитатели, инструктор по физической культуре
7	Динамический час	Ежедневно	Воспитатели



8	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	Ежедневно	Музыкальные руководители
9	Музыкальные утренники и развлечения	В соответствии с годовым планом	Музыкальные руководители, воспитатели
10	Занятия с педагогом-психологом	В соответствии с годовым планом	Педагог-психолог
<b>Санитарно-просветительская работа с родителями.</b>			
Цель: реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.			
1	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	В соответствии с годовым планом	Заведующий, зам. зав. по ВМР, воспитатели
2	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	В соответствии с годовым планом	Зам. зав. по ВМР, воспитатели
3	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	В соответствии с годовым планом	Зам. зав. по ВМР, воспитатели
<b>Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.</b>			
Цель: повышение компетентности сотрудников ДООУ в плане оздоровительной деятельности.			
1	Проведение инструктажей с воспитателями и педагогами по сохранению и укреплению здоровья воспитанников	По плану	Специалист по ОТ и ТБ
2	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/с.	Постоянно	Заведующий, зам. зав. по ВМР, специалист по ОТ и ТБ
<b>Медико-педагогический контроль</b>			
Цель: отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.			
1	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Медсестра, зам. зав. по ВМР
2	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	По плану	Зам. зав. по ВМР
3	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований.	По плану	Медсестра, зам. зав. по ВМР
4	Контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	По плану	Заведующий, медсестра

Заведующий



О.В. Такмакова