

Утверждаю
заведующий
МКДОУ «Новодугинский детский сад»
_____ А.В. Кульбакова

**План мероприятий по сохранению
и укреплению здоровья детей
в МКДОУ «Новодугинский детский сад»**

Цель: создание максимально эффективных условий для организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками в детском саду.

№ п/п	Содержание	Возрастная группа	Время проведения	Ответственный
1. Оптимизация режима				
1	Переход на режим дня в соответствии с временем года	Все возрастные группы	Ежедневно	Заместитель заведующего, педагоги, медсестра
2	Организация жизни детей в адаптационный период	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели, медсестра
3	Коррекция оптимального двигательного режима исходя из индивидуальных особенностей детей	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2. Организация двигательного режима				
1	Утренняя гимнастика на воздухе	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2	Образовательная деятельность по физическому развитию: оздоровительный бег; дыхательная гимнастика; подвижные и спортивные игры; релаксация	Все возрастные группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
3	Образовательная деятельность по художественно-эстетическому развитию - музыка: музыкально ритмические движения; музыкальные подвижные игры	Все возрастные группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели

4	Физкультминутки	Все возрастные группы	по режиму ОД	Воспитатели
5	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке; динамический час на прогулке; индивидуальная работа по развитию движений	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
6	Индивидуальная работа: беседы; формирование КГН; заучивание стихотворений о ЗОЖ; игровая деятельность	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
7	Физкультурные досуги	Все возрастные группы	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре, воспитатели
8	Самостоятельная двигательная активность	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3. Закаливание				
1	Гигиенические и водные процедуры	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2	Обширное умывание	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
3	Туалет носа	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4	Соблюдение воздушного и температурного режима: воздушные ванны (в облегченной одежде); солнечные ванны; световоздушные ванны	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5	Достаточное пребывание на воздухе	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
6	Сон без маек при открытых фрамугах	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
7	Ходение босиком: во время физкультурных мероприятий с учетом физического и соматического здоровья	Все возрастные группы	по режиму ОД	Инструктор по физкультуре, воспитатели
8	Культуры еды и поведения за столом	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

9	Полоскание рта кипяченой водой	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
10	Питьевой режим	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
11	Игры с водой	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
4. Лечебно-оздоровительная работа				
1	Рациональное питание	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2	Витаминизация 3-го блюда	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5. Коррекционная работа				
1	Гимнастика после дневного сна: постепенный подъем, упражнения в кровати, закаливание, массажные коврики	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2	Пальчиковая, артикуляционная, дыхательная и др. гимнастики	Все возрастные группы		Педагоги
3	Музыкотерапия, сказкотерапия: музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона образовательной деятельности	Все возрастные группы		Воспитатели
6. Взаимодействие с семьей, социумом				
1	Консультации: о функциональных изменениях организма в данном возрастном периоде; о видах и пользе закаливания в данном возрастном периоде; о пользе движений	Все возрастные группы	В течении года	Воспитатели
2	Рекомендации: по организации активного отдыха с детьми в летний оздоровительный период; по профилактике заболеваний;	Все возрастные группы	В течении года	Воспитатели, медсестра

	по обеспечению безопасных условий жизни ребенка дома			
3	Индивидуальные беседы с родителями (законными представителями) по вопросам укрепления и сохранения здоровья детей	Все возрастные группы	В течении года	Педагоги
4	Проведение совместных мероприятий с социальными партнерами	Все возрастные группы	В течении года	Заместитель заведующего, воспитатели

**Условия для двигательной активности,
профилактики и оздоровления детей**

1	Спортивный зал, оснащенный физкультурным оборудованием
2	Музыкальный зал, оснащенный оборудованием для проведения организованной образовательной деятельности по художественно-эстетическому развитию (музыка)
3	Медицинский, прививочный кабинеты, изолятор оборудованные и оснащенные в соответствии с требованиями СанПиН
4	Центры «Физического развития» (уголок) в групповых помещениях, оснащенные физкультурным оборудованием
5	Уголок психологической разгрузки, уголки уединения в групповых помещениях
6	Наличие «Программы здоровья», листов здоровья детей, листов адаптации, плана оздоровления детей
7	Учет группы здоровья детей при проведении образовательной деятельности по физическому развитию (дифференцированный подход и дозирование физической нагрузки)
8	Использование традиционных и нетрадиционных методов оздоровления детей
9	Диспансеризация детей врачами-специалистами
10	Оборудованный кабинет учителя-логопеда; организация логопедического сопровождения детей
11	Подборка статей и литературы с медицинским содержанием по оздоровлению детей дошкольного возраста; наличие методических разработок по физкультурно-оздоровительной работе; в наличии обобщенный опыт работы по физкультурно-оздоровительной работе