

Утверждаю
заведующий МБДОУ № 14
С. Д. Глий
С. Д. Глий
«31» августа 2023 г.



Принято на заседании
педагогического совета

«31» августа 2023 г.

Протокол № 1

**Комплексный план
оздоровительных мероприятий
Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский
сад общеразвивающего вида №14 «Солнышко»**

1. Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1. Организация рациональных режимов жизни детей				
1.1	- адаптационный режим; -режим дня в холодный период года; - режим дня в теплый период года. - режим двигательной активности в течение дня	Группы с вновь набранными детьми Все группы	Ежедневно в адаптационный период Ежедневно	Педагоги
2. Двигательная активность				
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
2.2	Двигательные паузы между видами деятельности	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты
2.3	Подвижные игры на прогулке	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.4.	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Группы старшего дошкольного возраста	3 раза в неделю	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
2.5.	Элементы спортивных игр	Старший дошкольный возраст	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
2.6.	Активный отдых: физкультурный досуг;	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре
2.7	Физкультурные праздники (осень, весна) «День здоровья»	Все группы	2 раз в год	Инструктор по физической культуре, воспитатели, музыкальный руководитель.
3.Лечебно – профилактические мероприятия				
3.1	Профилактика гриппа (сквозное проветривание, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	Воспитатели
3.2	Осмотр воспитанников с антропометрией	Все группы	2 раза в год	Мед. сестра
3.3	Осмотр воспитанников с оформлением эпикриза с оценкой физического развития и определением	Все группы	1 раз в год	Мед. сестра

	групп здоровья.			
3.4	Проведение профилактических прививок	Все группы	В течение года	Мед. сестра
3.5	Плановое обследование на энтеробиоз с последующим лечением	Все группы	В течение года	Мед. сестра
3.6	Утверждение оптимальной образовательной деятельности и физической нагрузки воспитанников.	Все группы	1 раз в год.	Заведующий
3.7	Применение фитонцидов (лук, чеснок)	Все группы	В неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели
3.8	Упражнения по профилактике плоскостопия и нарушения осанки	Все группы	В течение года	Воспитатели инструктор по физической культуре
4. Закаливание				
4.1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2.	Бодрящая гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
4.3.	Соблюдение рациональности в одежде	Все группы	В течение года	Воспитатели
4.4.	Соблюдение температурного режима	Все группы	В течение года	Воспитатели
4.5	Соблюдение режима проветривания	Все группы	В течение дня	Воспитатель
4.6.	Соблюдение режима двигательной активности	Все группы	В течение года	Воспитатели
4.7.	Обливание стоп ног	Все группы	В летний период года	Воспитатели
4.8	Дневной сон с открытой фрамугой, избегая сквозняка	Все группы	В летний период	Воспитатели
4.9	Оздоровительная ходьба на прогулке	Группы старшего дошкольного возраста	В течение года	Воспитатели, инструктор по физической культуре

2. Организация оздоровительной работы с детьми

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
<p>Утренняя гимнастика Приём пищи (завтрак, обед, полдник, ужин) Обеспечение пребывания детей на свежем воздухе в соответствии с режимом дня (прогулка, в тёплый период времени приём на улице, утренняя гимнастика)</p> <p>Гигиенические процедуры перед едой, после приёма пищи, перед сном.</p> <p>Чтение, рассматривание и обсуждение познавательных книг о здоровье и ЗОЖ человека.</p> <p>Рассматривание фотографий и иллюстраций.</p> <p>Наблюдения.</p> <p>Свободное общение на темы ЗОЖ, ситуационные разговоры с детьми: решение игровых задач и проблемных ситуаций. Дидактические игры.</p>	<p>Динамические паузы во время непосредственно – образовательной деятельности. Рассказы, беседы о здоровье и ЗОЖ человека.</p> <p>Рассматривание фотографий и иллюстраций.</p> <p>Дидактические игры.</p> <p>Цикл игр – занятий «Познай себя» и «Уроки здоровья для дошкольников».</p> <p>Проектная деятельность тематического характера.</p>	<p>Рассматривание познавательных книг о здоровье и ЗОЖ человека, иллюстрации, фотографии.</p> <p>Дидактические (настольно – печатные) игры.</p> <p>Сюжетно – ролевые игры: «Доктор», «Больница».</p> <p>Драматизация отрывков из сказок.</p> <p>Отражение представлений о ЗОЖ человека в продуктивной деятельности.</p>	<p>Родительская Академия (мастер – классы и обучающие мероприятия посвящённые вопросам здоровья воспитанников).</p> <p>Проектная деятельность.</p> <p>Праздники и развлечения.</p> <p>Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ: - совместные досуги, семейные проекты.</p> <p>Конкурс плакатов о здоровом образе жизни.</p> <p>Создание выставок о ЗОЖ.</p>

3. План основных мероприятий

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
1. Профилактическая работа		
Профосмотры детей: • всех вновь поступающих детей;	медсестра	При поступлении
• плановые осмотры детей с проведением антропометрии;	Воспитатели, медсестра	2 раза в год
• осмотры детей при ежедневном приеме детей в детский коллектив	Воспитатели, медсестра	Ежедневно
Работа с вновь поступившими детьми: • работа с документацией (история развития, диспансерный лист, эпикриз, сведения о родителях);	медсестра	При поступлении в ДОУ
Организация физического воспитания и закаливания детей: • наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей;	медсестра	Постоянно
• контроль за организацией двигательного режима в течение дня;	медсестра, зам. зав. по ВР	Постоянно
• контроль за методикой проведения физкультурных занятий;	зам. зав. по ВР	Во время занятий
• контроль за проведением закаливающих мероприятий (умывание рук, лица прохладной водой).	медсестра, воспитатели	Постоянно
• контроль за соблюдением температурного режима группы;	медсестра	Постоянно

2. Оздоровительная работа

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
Профилактика инфекционных заболеваний: • организация профилактических прививок; • прием детей в д/с после отсутствия при наличии справки от участкового педиатра.	медсестра	Постоянно
Контроль за организацией питания. Рациональная организация питания: • составление перспективного меню на 10 дней; • выполнение натуральных норм питания; • соблюдение временных интервалов между приемами пищи; • составление картотеки блюд; • подсчет суточной калорийности; • воспитание культурно-гигиенических навыков у детей;	медсестра Зам. зав. по ВР воспитатели	Постоянно

<ul style="list-style-type: none"> • бракераж сырой и готовой продукции; • контроль закладки продуктов в котел; • составление меню 		
<p><i>Проведение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль сан.-эпид. состояния в группах; • контроль санитарного состояния пищеблока; • приготовление и контроль за хранением, использованием дез. средств; • контроль соответствия мебели росту детей; • соблюдение режима дня; • выяснение причин отсутствия детей в группах; • контроль соблюдения графика проветривания; • осмотр детей на педикулез; • медосмотр сотрудников 	<p>медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра медсестра</p>	<p>Ежедневно Ежедневно Постоянно Постоянно Постоянно Постоянно Ежедневно Постоянно 1 раз в год</p>
<p><i>Подготовка детей к поступлению в школу:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • комплексный углубленный осмотр врачами-специалистами; • антропометрия; • лабораторные исследования 	<p>Врачи поликлиники медсестра</p>	<p>Март— май</p>
3.Диагностическая работа.		
<p><i>Диспансеризация детей:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • диспансеризация здоровых детей; • диспансеризация детей, поступающих в школу; • распределение детей по группам здоровья; 	<p>Врач, медсестра</p>	<p>1 раз в год Март— май 1 раз в год</p>
<p><i>Контроль заболеваемости детей:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • анализ заболеваемости; • ознакомление с результатами анализа воспитателей 	<p>медсестра</p>	<p>Ежемесячно</p>
<p><i>Оздоровительные мероприятия в осенне-зимний период:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • использование фитонцидов (чеснок, лук); • кварцевание помещений. 	<p>Воспитатели медсестра</p>	<p>Ежедневно</p>