План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников

Цель: осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в МБДОУ «Детский сад № 247» г. Уссурийска

Задачи:

- осуществлять изучение и агрументированный отбор и апробация здоровьесберегающих технологий для работы с дошкольниками;
- использовать вариативный комплект оздоровительных методик и здоровьесберегающих технологий, апробированных в дошкольном учреждении;
- сочетать психолого-педагогические подходы с оздоровительно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;
- проводить систематическую корректировку методов и средств повышения адаптивности детского организма, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей контингента воспитанников.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
Профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия.			
<u>Проведение специальных закаливающих процедур</u> **<u>Цель:</u> Качественная организация системы закаливающих мероприятий**			
	Соблюдение температурного режима в помещениях детского сада. Выполнение графика проветривания	Ежедневно	Педагоги групп медсестра
	Воздушные закаливание (воздушные ванны ванны после сна занятий во всех группах).	Ежедневно	Педагоги групп медсестра
	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.		Педагоги групп
	Проведение гимнастики пробуждения, корригирующей гимнастики, после сна.	Ежедневно	Воспитатели
	Дыхательные упражнения	Ежедневно	Педагоги детского сада
	Обширное умывание	Ежедневно	Педагоги групп
	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу.	В летнее время	Педагоги групп, младшие воспитатели
	Ходьба по массажным коврикам	Ежедневно	Педагоги групп
	Игры с водой с целью закаливания во всех возрастных группах.	Раз в неделю	Педагоги групп
	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Педагоги групп
	Тропа здоровья	Летний период	Инструктор по физической культуре, воспитатели
<u>Профилактические мероприятия</u> ***<u>Цель:</u> использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.***			
	Самомассаж	3-4 раза в день	Воспитатели

	Лабораторное обследование детей (общий анализ крови, мочи, кал на я/гл.)	В теч. года	Ст. медицинская сестра
	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний.	1 раза в год с 5- лет	Ст. медицинская сестра, врач-педиатр
Организация питания. ***Цель:*** ***обеспечение полноценным рациональным питанием, что предполагает обеспечение организма содержанием белков, углеводов, жиров, соответственно каждой возрастной группе, полноценным поступлением с пищей витаминов и минеральных веществ, что способствует повышению защитных сил организма, направленных против инфекции и интоксикации, нормализации обмена веществ.***			
	Организация рационального питания в соответствии с требованиями Сан ПиН	постоянно	Заведующий, Медицинская сестра. Повара Персонал групп
	Фрукты или фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	Медицинская сестра повара
	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	ежедневно	Медицинская сестра повара
	Включить в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуски.	Ноябрь-апрель	Медицинская сестра повара
	Витаминизация третьих блюд аскорбиновой кислотой.	Ноябрь-апрель	Медицинская сестра
Физкультурно-оздоровительные мероприятия. **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.**			
	Строгое соблюдение двигательного режима	Ежедневно	Заведующий, педагогический персонал детского сада
	Организация и проведение НОД по физическому развитию в соответствии с учебным планом и расписанием (в дошкольных группах 1 занятие в форме игрового часа на воздухе)	Ежедневно	педагоги групп
	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре, воспитатели музыкальный руководитель Ст. воспитатель, ст. медсестра
	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели, Воспитатель по физической культуре, воспитатели
	Двигательные минутки, динамические паузы в ходе НОД, совместной деятельности, самостоятельной деятельности: — гимнастика для глаз; — пальчиковая гимнастика; — дыхательная гимнастика;	Ежедневно	Воспитатели, Воспитатель по физической культуре, воспитатели музыкальный руководитель

	— физкультминутки		
	Физкультурные досуги с участием родителей	1 раз в квартал	Воспитатели, воспитатели музыкальный руководитель
	Праздники здоровья	1 раз в месяц	Музыкальные руководители Воспитатели
	Спортивные праздники	1 раз в квартал	Музыкальные руководители, Воспитатели
	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Ежедневно	Музыкальные руководители, Воспитатели Учитель-логопед
	Включение элементов корригирующей гимнастики	По плану	Воспитатели, Воспитатель по физической культуре, воспитатели
Музыкально-оздоровительные мероприятия. **<u>Цель:</u> сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями**			
	Использование приемов релаксации: — минутки тишины; — музыкальные паузы;	3-4 раза вдень	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Психогимнастика в сочетании с само массажем.	Ежедневно	педагоги детского сада
	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	педагоги детского сада
	Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики.	Во время НОД	педагоги детского сада
	Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	ежедневно	Педагог-психолог, воспитатели
	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатели
	Музыкальные народные игры с арттерапевтическим эффектом: — — игры и упражнения по развитию коммуникативных связей и коррекции нежелательных черт характера; — игры и упражнения по телесной терапии.	По плану	Музыкальные руководители, воспитатели
	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
	Бодрящая и корригирующая гимнастика	Ежедневно после сна	Воспитатели
	Занятия с использованием методов музыкотерапии: • <u>вокалотерапии</u> – разучивание и исполнение народных песен; • <u>драматерапии</u> — инсценировки и драматизации, изучение и проведение народных календарных праздников и обрядов; • <u>кинезотерапии</u> – хореография, танец; <u>инструментальную терапию</u> – игра на музыкальных инструментах.	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель,
	Музыкальные утренники и развлечения	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель

Психолого-педагогические, коррекционные мероприятия. **<u>Цель:</u> сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями**			
	Песочная терапия	ежедневно в индивидуальной работе	Учитель-логопед Воспитатели групп
	Сказкотерапия	1 раз в неделю Ежедневно Ежедневно	Воспитатели Учитель-логопед
	Релаксация		
	Биоэнергопластика		
	Су-джок терапия		
	Психолого-педагогическое просвещение родителей	1 раз в месяц	Педагог-психолог
	Индивидуальное консультирование родителей и педагогов	Еженедельно	Учитель-логопед
	Коррекционно-развивающая образовательная деятельность с детьми с речевой некомпетентностью (речевыми нарушениями) (логопункт детского сада)	Ежедневно В соответствии с планом работы и циклограммой	Учитель-логопед
Санитарно - просветительская работа ***(с детьми, сотрудниками, родителями)*** **<u>Санитарно-просветительская работа с детьми.</u>** **<u>Цель:</u> формирование у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья.**			
	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	воспитатели
	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	постоянно	воспитатели
<u>Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.</u> **<u>Цель:</u> повышение компетентности сотрудников МБДОУ «Детского сада № 247» в плане оздоровительной деятельности.**			
	Усилить санитарно просветительную работу среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	медсестра
	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: « Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	сентябрь	медсестра, старший воспитатель
	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников детского сада	Постоянно	Медицинский персонал, ст воспитатель
	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	декабрь	ст. воспитатель

	Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления	1 раз в год	Заведующий Старший воспитатель,
<u>Санитарно-просветительская работа с родителями.</u> **<u>Цель:</u> реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.**			
	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	Заведующий Воспитатели ст. воспитатель
	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	Воспитатели ст. воспитатель
	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	Воспитатели старший воспитатель
Медико-педагогический контроль **<u>Цель:</u> отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.**			
	Усилить контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Заведующий медсестра, ст. воспитатель
	Усилить контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	
	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	
	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	
	Контроль за проведением закаливающих процедур.	Ежедневно	ст. медсестра ст. воспитатель
	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	заместитель заведующего по АХР ст. медсестра
Дополнительное образование **<u>Цель:</u> пропаганды здорового образа жизни в семье, формирования у детей установки на здоровый образ жизни, а также в целях реализации задач полноценного физического и психического развития дошкольников, сохранения и укрепления их здоровья.**			
	Кружок «Ритмопластика»	1 раз в неделю	Руководитель кружка, педагоги групп