

Принято
на Педагогическом совете
Протокол от 28.08.2023г.
№ 4



Утверждено
Заведующий МБДОУ д/с №251
Г.Д. Бобровская
Приказ от 06.09.2023г. № 149/1- од

мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сад № 251 «Звёздочка» 2023-2024 учебный год.

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

Задачи: 1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, спортивная площадка) всех возрастных групп.

2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОО.

3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОО.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1	Профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия.		
	Проведение специальных закаливающих процедур Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать апробированные закаливающие методики, систематическое и качественное их обновление. Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во все времена года.	Ежедневно	воспитатели младшие воспитатели
	градусов	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели, музыкальные руководители
	Физкультурные занятия, освоение основных видов движения, укрепление осанки, развитие физических качеств	2 раза в неделю	Физкультурный инструктор, воспитатель
2.	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.		
	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по физической культуре.
	Проведение бодрящей гимнастики, лежа в постели	Ежедневно	Воспитатели

	после сна, использование дорожек здоровья		
	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
	Профилактические мероприятия Цель: использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.		
	Саммомассаж	3-4 раза в день	Воспитатели
	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний	1 раза в год с 4-х лет	медсестра детской поликлиники
	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	ежедневно	Воспитатель. музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре
	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры. на прогулке и в свободное время	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	Оздоровительные паузы на занятиях	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической
	Полоскание полости рта охлажденной кипяченой водой после приема пищи	Постоянно	. Воспитатели, младшие воспитатели
3.	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. Фрукты или фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня. Весна, осень повара. Использовать в рационе питания Согласно меню и карт раскладок повара Использовать в рационе питания Согласно меню и карт раскладок повара детей кисломолочную продукцию. Использовать в питании детей подверженных аллергии, гипоаллергенную диету (исключить из питания салаты из чистой свеклы, красные яблоки,	Ноябрь-апрель	Воспитатели, младшие воспитатели, повара

	шоколад, ограничить цитрусовые). Индивидуально Ввести в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуски.		
	Физкультурные досуги с участием родителей	1 раз в квартал	Воспитатели, инструктор по физической культуре, воспитатели музыкальный руководитель
	Спортивные праздники Туристические походы Дыхательные упражнения	1 раз в квартал 1 раз в год ежедневно	Музыкальные руководители, инструктор по физической культуре, воспитатели
	Музыкально-оздоровительные мероприятия. Цель: сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями		
	Использование приемов релаксации: минутки тишины; музыкальные паузы;	3-4 раза в день	
	Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики. Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	Во время занятий	Воспитатели, специалисты
	Индивидуальное консультирование родителей и педагогов	Ежедневно	Педагог-психолог
4	Санитарно - просветительская работа (с детьми, сотрудниками, родителями).		
	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни	В течение года	инструктор по физической культуре, воспитатели
	Очередные/плановые инструктажи	В течение года	Заведующий, медсестра, завхоз
	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/с	Постоянно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	Сентябрь май	Заведующий старший воспитатель
	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления. По плану воспитателей	В течении года	Ст.Воспитатель воспитатель

