

УТВЕРЖДАЮ Заведующий  
МБДОУ «Детский сад «Мишутка»  
\_\_\_\_\_ И.А. Борисова  
31.08.2023 г.

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей  
в МБДОУ «Детский сад «Мишутка»  
на 2023-2024 учебный год**

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

№ п/п	Содержание	Возрастная группа	Время проведения	Ответственный
<b>1. Оптимизация режима</b>				
1.	Переход на режим дня в соответствии с временем года	Все возрастные группы	Ежедневно	ст. воспитатель, педагоги, медсестра
2.	Организация жизни детей в адаптационный период	Младший возраст	Ежедневно	Воспитатели, медсестра
3.	Коррекция оптимального двигательного режима исходя из индивидуальных особенностей детей.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
<b>2. Организация двигательного режима</b>				
1.	Утренняя гимнастика	Дошкольный возраст	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 физкультуре, 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 ООД	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: формирование навыков самообслуживания; игровая деятельность	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
7.	Индивидуальная работа: беседы; формирование КГН; заучивание стихотворений о ЗОЖ; игровая деятельность	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
8.	Физкультурные досуги	Все возрастные группы	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре, воспитатели
9.	Самостоятельная двигательная активность	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
<b>3. Закаливание</b>				
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	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5.	Достаточное пребывание на воздухе	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
6.	Сон без маек при открытых фрамугах	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
7.	Хождение босиком: во время физкультурных мероприятий с учетом физического и соматического здоровья	Дошкольный возраст	По режиму ООД	Инструктор по физкультуре, воспитатели
8.	Культуры еды и поведения за столом	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
9.	Полоскание рта кипяченой водой	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели

10.	Питьевой режим	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
11.	Игры с водой	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
<b>4. Лечебно-оздоровительная работа</b>				
1.	Рациональное питание	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
2.	Введение в пищу фитонцидов (лук, чеснок)	Дошкольный возраст	В течение года	Воспитатели
<b>5. Коррекционная работа</b>				
1.	Гимнастика после дневного сна: постепенный подъем, упражнения в кровати, закаливание, массажные коврики	Дошкольный возраст	Ежедневно	Воспитатели
2.	Пальчиковая, артикуляционная, дыхательная и др. гимнастики	Все возрастные группы	Ежедневно	Педагоги
3.	Музыкотерапия, сказкотерапия: музыкальное сопровождение режимных моментов; музыкальное оформление фона образовательной деятельности	Все возрастные группы	По режиму функционирования группы	Воспитатели
<b>6. Взаимодействие с семьей, социумом</b>				
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 течение года	Воспитатели
2.	Рекомендации: по организации активного отдыха с детьми; по профилактике заболеваний; по обеспечению безопасных условий жизни ребенка дома	Все возрастные группы	В течение года	Воспитатели, медсестра
3.	Индивидуальные беседы с родителями (законными представителями) по вопросам укрепления и сохранения здоровья детей	Все возрастные группы	В течение года	Педагоги
4.	Проведение совместных мероприятий с социальными партнерами	Дошкольный возраст	В течение года	ст. воспитатель, воспитатели

**Условия для двигательной активности, профилактики и оздоровления детей  
в МБДОУ «Детский сад «Мишутка»  
на 2023- 2024 учебный год**

1.	Спортивный зал, оснащенный физкультурным оборудованием
2.	Музыкальный зал, оснащенный оборудованием для проведения организованной образовательной деятельности по художественно - эстетическому развитию (музыка)
3.	Спортивная площадка, оснащенная физкультурным оборудованием
4.	Медицинский, прививочный кабинеты, изолятор
5.	Наличие листов здоровья детей, листов адаптации
6.	Диспансеризация детей врачами-специалистами
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.	Оборудованный кабинет педагога-психолога; организация психологического сопровождения детей
10.	Оборудованный кабинет учителя-логопеда; организация логопедического сопровождения детей
11.	Центры «Физического развития» (тренажерные уголки) в групповых помещениях, оснащенные физкультурным оборудованием
12.	Уголок психологической разгрузки, уголки уединения в групповых помещениях
13.	Подборка статей и литературы с медицинским содержанием по оздоровлению детей дошкольного возраста; наличие методических разработок по физкультурно-оздоровительной работе; наличие обобщенного опыта работы по физкультурно-оздоровительной работе