

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
Филиала МОУ «СОШ с. Орлов-Гай»
в с. Новорепное
Протокол №1 от 31.08.2023 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
 С.В. Леонова
Приказ №168 от 31.08.2023 г.

**План работы
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.**

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

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
Профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия.			
<u>Проведение специальных закаливающих процедур</u>			
<i>онально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать апробированные вающие методики, систематическое и качественное их обновление.</i>			
	Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели,
	Сон при температуре воздуха в спальне 18-21 градусов	Ежедневно	Воспитатели,
	Проведение бодрящей гимнастики, лежа в постели после сна, использование дорожек здоровья	Ежедневно	Воспитатели
	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели,
	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу.	Летний период	Воспитатели
	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели
	Тропа здоровья	Летний период	Воспитатели

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, нормализации обмена веществ.

Фрукты или фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	повара
Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	Согласно меню и карт раскладок	повара
Ввести в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуска.	Ноябрь-апрель	Воспитатели, повара

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
Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели

Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели
Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: — гимнастика для глаз; — пальчиковая гимнастика; — дыхательная гимнастика; — физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели
Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке	воспитатели
Физкультурные досуги с участием родителей	2 раза в год	Воспитатели
Праздники здоровья	1 раз в месяц	воспитатели
Спортивные праздники	1 раз в квартал	воспитатели
Дыхательные упражнения	Во время занятий	Воспитатели
Динамические упражнения	По плану	Воспитатели
Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	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	Воспитатели
Психогимнастика в сочетании с само массажем.	Ежедневно	Воспитатели
Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели
Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики.	Во время занятий	Воспитатели
Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	Во время занятий	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	Ежедневно	воспитатели

Музыкальные народные игры с арттерапевтическим эффектом: — игры и упражнения по развитию коммуникативных связей и коррекции нежелательных черт характера;	По плану	воспитатели
Музыкальные утренники и развлечения	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель

Санитарно - просветительская работа (с детьми, сотрудниками, родителями)

Санитарно-просветительская работа с детьми.

Цель: 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

Санитарнопросветительская работа с сотрудниками.

Цель: повышение компетентности сотрудников в плане оздоровительной деятельности.

	Проведение консультативной работы среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	Заместитель руководителя по ДО
	Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему: «Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	Ноябрь-декабрь	Заместитель руководителя по ДО
	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Заместитель руководителя по ДО
<p><u>Санитарнопросветительская работа с родителями.</u></p> <p><i>Цель: ре ализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.</i></p>			
	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	Сентябрь, май	Заместитель руководителя по ДО, Воспитатели
	Консультации, практикумы для		

родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану воспитателей	Воспитатели
Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	В течении года	Воспитатели

