

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Радуга»» муниципального образования-Скопинский муниципальный район Рязанской области
391833 Рязанская область, Скопинский район, с. Вослебово, ул. Центральная, д.169, телефон 8(49156)5-23-76

Согласованно
педагогическим советом
протокол № 1 от 29.08.2022



План по реализации комплекса оздоровительных мероприятий

Разработана на основе основной образовательной программы муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Радуга»»

Срок реализации (учебный год) с 01.09. 2022г.по 31.05.2023г.,
одногодичная
с. Вослебово

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
1. Профилактическая работа		
Профосмотры детей: <ul style="list-style-type: none"> • всех вновь поступающих детей; • плановые осмотры детей с проведением антропометрии; • осмотры детей при ежедневном приеме детей в детский коллектив 	медсестра воспитатели групп медсестра воспитатели групп	При поступлении 2 раза в год Ежедневно
Работа с вновь поступившими детьми: <ul style="list-style-type: none"> • работа с документацией (история развития, диспансерный лист, эпикриз, сведения о родителях); 	медсестра	При поступлении в д/с
Организация физического воспитания и закаливания детей: <ul style="list-style-type: none"> • наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей; • контроль за организацией двигательного режима в течение дня; • контроль за методикой проведения физкультурных занятий; • контроль за проведением закаливающих мероприятий (индивидуальный подход, постепенное увеличение силы закаливающего фактора, системность, санитарно-гигиенические условия помещений и оборудования для закаливания); • контроль за соблюдением температурного режима группы; 	медсестра, воспитатели групп воспитатели групп воспитатели групп медсестра, инструктор по физкультуре, воспитатели групп воспитатели групп	Постоянно Постоянно Во время занятий Постоянно Постоянно Постоянно

2. Оздоровительная работа

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
Профилактика инфекционных заболеваний: <ul style="list-style-type: none"> • организация профилактических прививок; • прием детей в д/с после отсутствия при наличии справки от участкового педиатра; 	медсестра	Ежемесячно Постоянно

<p>Контроль за организацией питания. Рациональная организация питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> • составление перспективного меню на 10 дней; • выполнение натуральных норм питания; • соблюдение временных интервалов между приемами пищи; • составление картотеки блюд; • подсчет суточной калорийности; - витаминизация третьего блюда • воспитание культурно-гигиенических навыков у детей; • бракераж сырой и готовой продукции; • контроль закладки продуктов в котел; • составление меню 	<p>повар завхоз</p> <p>воспитатели групп медсестра повар, медсестра повар, медсестра</p> <p>воспитатели групп</p> <p>повар, завхоз, медсестра</p>	<p>Постоянно Каждые 10 дней</p> <p>Постоянно Постоянно 1 раз в месяц Постоянно</p> <p>Постоянно Ежедневно Ежедневно Ежедневно</p>
<p>Проведение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима:</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, воспитатели групп</p> <p>медсестра, повар, завхоз</p> <p>медсестра, завхоз</p> <p>медсестра, воспитатели групп</p> <p>медсестра, воспитатели групп</p> <p>медсестра, воспитатели групп</p> <p>медсестра, воспитатели групп</p> <p>медсестра, воспитатели групп</p> <p>медсестра</p>	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Постоянно</p> <p>1 раз в год</p>
<p>Подготовка детей к поступлению в школу:</p> <ul style="list-style-type: none"> • комплексный углубленный осмотр врачами-специалистами; • антропометрия; • лабораторные исследования 	<p>врачи поликлиники медсестра</p>	<p>Март— май</p>

<p>Преимственность в работе с другими учреждениями:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ГБУ РО «Скопинский межрайонный медицинский центр»-Детская консультация 	медсестра	Постоянно
Э.Диагностическая работа.		
<p>Диспансеризация детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • диспансеризация здоровых детей; • диспансеризация детей, поступающих в школу; • распределение детей по группам здоровья; 	врачи, медсестра	1 раз в год Март— Май 1 раз в год
<p>Контроль заболеваемости детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • анализ заболеваемости; • ознакомление с результатами анализа воспитателей 	медсестра	Ежемесячно
<p>Обследование на гельминты с последующей дегельминтизацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выявление заболевших; • направление на лечение; • направление на обследование контактных членов семьи 	медсестра	1 раз в год
<p>Оздоровительные мероприятия в осенне-зимний период:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ использование фитонцидов (чеснок, лук); ■ С-витаминация третьего блюда; ■ кварцевание помещений. • ходьба босиком; • воздушное закаливание; 	воспитатели медсестра	Ежедневно

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий
(закаливающие мероприятия, двигательный режим, система индивидуальной работы)

Задачи физического развития

<p>Оздоровительные: - охрана жизни и укрепление здоровья; - обеспечение нормального</p>	<p>Образовательные: - формирование двигательных умений и навыков; - развитие физических</p>	<p>Воспитательные: - формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями; - разностороннее,</p>
--	--	--

<p>функционирования всех органов и систем организма; - всестороннее физическое совершенствование функций организма; - повышение работоспособности и закаливание.</p>	<p>качеств; - овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.</p>	<p>гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)</p>
--	---	--

Методы физического развития

<p>Наглядные: - наглядно - зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно - слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно - мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).</p>	<p>Словесные: - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция.</p>	<p>Практические: - повторение упражнений без изменения и с изменением; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме.</p>
--	--	--

№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Сроки
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом	все возрастные группы		Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В течение года

	возрастных и индивидуальных особенностей.				
2	Организация двигательного режима				
	Физкультурные занятия	все возрастные группы	3 раза в неделю (ср., ст., подгот. гр. - 1 занятие на прогулке)	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Корректирующая гимнастика после дневного сна	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкальные занятия	все возрастные группы	2 раза в неделю	Муз.руководитель, Воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	все возрастные группы	По плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно, 3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
	Занятия по здоровому образу жизни	все возрастные группы	Один раз в две недели, в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы	Воспитатели	В течение года
	Утренняя гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно перед завтраком	Воспитатели	С июня по сентябрь на улице, с октября по май в помещении
	Физкультминутки	все	Ежедневно, во	Воспитатели	В течение

		возрастные группы	время НОД 2-5 мин по мере утомляемости детей		года
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	все возрастные группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
4	Профилактика заболеваемости				
	Аэрация помещений	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	все возрастные группы	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели	В течение года
5	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	все возрастные группы	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Гимнастика после сна	все возрастные группы	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года

СИСТЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)				
		2-3 года	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 -7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду - на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5 - 7	5 - 7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально				
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием массажных ковриков, каната и т.п.	до 15	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 15	до 20	до 25	до 30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день по 1 ч. 30 мин - 2 часа			2 раза в день по 1ч 50 мин - 2 часа	2 раза в день по 1ч 40 мин - 2 часа

Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	В соответствии с действующими СанПиН				
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5-7	5-7	5-10	7-10	7-10
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры (умывание рук до локтя),	5 - 15				