



Утверждаю

 Е.Г.Попова
 от « 67 » «02» 09 2022г.

Комплексный план оздоровительных мероприятий на 2022-2023 учебный год

Цель:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
2. Снижение заболеваемости детей.
3. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
4. Обеспечение физического и психического благополучия.

№ п\п	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные	Отметка о выполнении
1.	Обеспечение удовлетворительных санитарно-гигиенических условий			
1.1	Соблюдение воздушно-теплового режима: <ul style="list-style-type: none"> · Контроль исправности ограждений на отопительных приборах · Сквозное проветривание – допустимое снижение температуры 2 С · Дневной сон при открытых фрамугах (избегая сквозняка, теплый период времени) · Контроль температурного режима: Приемная , игровая - 20 С Спальня - 19 С Туалетная - - 20 С Музыкальный и физкультурный 	ежедневно ежедневно каждые 1,5 часа не менее 10 минут в теплое время года ежедневно ежедневно	Завхоз Заместитель заведующей Помощники воспитателя Воспитатели Медсестра Родители	* * * *

	залы – 19 С · Обеспечение адекватности одежды детей температурному режиму помещений и улицы			
1.2.	Соблюдение светового режима: · Обеспечение исправности осветительных приборов · Чистка оконных стекол и осветительной арматуры и светильников	ежедневно 2 раза в год август апрель	Завхоз Помощники воспитателя	*
1.3.	Соблюдение санитарных правил: · проведение влажной уборки всех помещений с применением моющих средств · влажная уборка в спальне · влажная уборка в групповой · чистка ковров пылесосом · проведение генеральной уборки всех помещений и оборудования · мытье игрушек · смена постельного белья	2 раза в день после дневного сна после каждого приема пищи ежедневно в соответствии с утв. графиком ежедневно в конце дня еженедельно	Помощники воспитателя	* * * * *
2.	Рациональная организация режима дня и образовательного процесса			
2.1.	Соблюдение утвержденного режима	Постоянно	Воспитатели Специалисты	*

	дня: · в адаптационный период · в теплое время года · в холодное время года · при карантинах			
2.2	Ежедневная прогулка в соответствии с СанПиН 2.4.1.3648-20	2 раза в день	Воспитатели	*
2.3.	Планирование образовательной деятельности в соответствии с СанПиН и образовательной программой	1 раз в год, с корректировкой в течение года	Заместитель заведующего по ВМР	*
2.4.	Строгое соблюдение расписания непосредственно образовательной деятельности	ежедневно	Воспитатели Специалисты	*
2.5.	Контроль за соблюдением режима дня, расписанием непосредственно образовательной деятельности	ежедневно	Медсестра Заместитель заведующего по ВМР	*
2.6.	Соблюдение календарного учебного графика	В течение года	Заместитель заведующего по ВМР Воспитатели Специалисты	*
3.	Обеспечение достаточного уровня физической активности, проведение закаляющих процедур			
3.1.	Разработка модели двигательного режима	сентябрь	Заместитель заведующего по ВМР	*
3.2	Использование разных видов утренней гимнастики	ежедневно	Воспитатели	*
3.3	Проведение физкультурных минуток во время занятий	ежедневно	Воспитатели Специалисты	*
3.4	Проведение	ежедневно	Воспитатели	*

	оздоровительной гимнастики после сна			
3.5.	Проведение оздоровительного бега	ежедневно	Воспитатели	*
3.6	Обучение детей элементам спортивных игр	в течение года	Воспитатели	*
3.7	Организация физкультурных занятий (1 занятие на свежем воздухе)	3 раза в неделю	Воспитатели	*
3.8.	Организация физкультурных развлечений	1 раза в месяц	Воспитатели	*
3.9	Организация физкультурно-игровой среды для двигательной активности детей в течение дня	ежедневно	Воспитатели	*
3.10	Проведение различных форм активного отдыха: · Недели Здоровья · Спортивные праздники · Экскурсии	1 раз в квартал 2 раза в год В течение года	Воспитатели	*
3.11	Осуществление педагогического контроля за организацией физического развития	3 раза в год	Заместитель заведующего по ВМР	*
3.12	Диагностика уровня физической подготовленности	2 раза в год октябрь май	Воспитатели	*
3.13.	Реализация дифференцированной системы закаливания, предусматривающей разнообразные формы методы с учетом возраста, индивидуальных особенностей состояния здоровья детей, времени года	ежедневно	Воспитатели	*

3.14.	Контроль за проведением закаливающих процедур	ежедневно	Медсестра	*
4. Рациональное питание				
4.1	Организация питания с соблюдением возрастных физиологических норм суточной потребности в основных пищевых веществах	ежедневно	Медсестра	*
4.2	Строгое выполнение режима дня	ежедневно	Воспитатель	*
4.3.	Витаминоизация 3-го блюда	ежедневно	Медсестра	*
4.4	Составление рекомендаций родителям по составу домашних ужинов	ежедневно	Медсестра	*
4.7.	Соблюдение основных принципов рационального питания при составлении меню	ежедневно	Медсестра	*
4.8.	Обеспечение безопасности питания	ежедневно	Повар, завхоз воспитатели, помощники воспитателя	*
4.9.	Соблюдение питьевого режима	ежедневно	воспитатели, помощники воспитателя	*
4.10	Формирование культурно-гигиенических навыков у детей	ежедневно	Воспитатель	*
4.11.	Контроль организации питания в группах	ежедневно	Медсестра	*
4.12.	Обучение детей правилам здорового питания	в течение года	Воспитатели	*
5. Предупреждение нарушений зрения и осанки				
5.1.	Антропометрия	2 раза в год (сентябрь, май)	Медсестра	*
5.2	Правильный подбор мебели в соответствии	2 раза в год	Заведующий ДОУ Воспитатели	*

	с ростом ребенка			
5.3.	Контроль за правильным использованием мебели ребенком в соответствии с его ростом	ежедневно	Воспитатели	*
5.4.	Соблюдение максимально допустимого времени НОД	ежедневно	Воспитатели, специалисты	*
5.5	Контроль за рабочей позой ребенка	ежедневно	Воспитатели, специалисты	*
5.6.	Обеспечение своевременной смены статических поз	ежедневно	Воспитатели, специалисты	*
5.7.	Использование упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия	ежедневно	Воспитатели,	*
5.8.	Использование упражнений для снятия напряжения в период адаптации детей	ежедневно	Воспитатели специалисты	*
5.9.	Выполнение оптимального двигательного режима	ежедневно	Воспитатели специалисты	*
6. Профилактика инфекционных и острых респираторных заболеваний				
6.1.	Прием в детский сад вновь поступающих детей и сотрудников и их дальнейшая вакцинация в соответствии с действующими нормативными документами	постоянно	Медсестра Заведующий МДОУ	*
6.2.	Утренний прием в группе	ежедневно	Воспитатель	*
6.3.	Раннее выявление и изоляция детей и сотрудников с	ежедневно	Медсестра	*

	признаками заболевания			
6.4.	Своевременная организация противоэпидемических мероприятий в группе	по эпидемиологическим показаниям	Медсестра	*
6.5.	Прием детей после перенесенного заболевания, а также отсутствия в детском саду более 5 дней только при наличии справки от участкового врача- педиатра и отметки об эпидблагополучии адреса	ежедневно	Медсестра Воспитатели	*
6.6.	Осмотр детей и сотрудников на педикулез	по понедельникам	Медсестра, воспитатели	*
6.7.	Строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к содержанию помещений в детском саду	ежедневно	Помощник воспитателя, воспитатель	*
6.8.	Привитие культурно-гигиенических навыков у детей в течение дня	ежедневно	Помощник воспитателя, воспитатель	*
6.9.	Своевременное прохождение периодических медицинских осмотров сотрудников	по графику	Сотрудники	*
6.10.	Организация своевременного курсовой гигиенической переподготовки по программе гигиенического обучения	1 раз в 2 года	Заведующий ДОУ	*
6.11.	Организация санитарно-гигиенической работы	по плану ежемесячно	Медсестра	*

	с сотрудниками			
6.12	Организация санитарно-гигиенической работы с родителями	ежемесячно	Медсестра	*
6.13	Реализация программы по основам безопасной жизнедеятельности	в течение года	Воспитатели	*
6.14.	Профилактика ОРВИ в соответствии с планом профилактических мероприятий (прилагается)	Октябрь- март	Медсестра Воспитатели	*
7. Профилактика нервно-психических отклонений				
7.1.	Соблюдение рационального режима дня	ежедневно	Воспитатели	*
7.2.	Реализация дифференцированной системы закаливания для детей дошкольного возраста, предусматривающей разнообразные формы и методы с учетом возраста, индивидуальных особенностей состояния здоровья детей, времени года	ежедневно	Воспитатели	*
7.3.	Выполнение оптимального двигательного режима	ежедневно	Воспитатели, специалисты	*
7.4.	Использование художественной литературы	ежедневно перед сном	Воспитатель	*
7.5.	Обеспечение психолого-эмоционального благополучия детей путем выбора и осуществления наиболее адекватных форм педагогического взаимодействия в соответствии с	ежедневно	Воспитатель специалисты	*

	характерным для ребенка типом поведения и его потребностями в общении			
7.6.	Организация учебной деятельности по объему и интенсивности адекватной возрасту детям	в течение года	Заместитель заведующего по ВМР	*
7.7.	Использование игр, элементов релаксации и аутотренинга в течение дня	в течение года	Воспитатели	*
8. Определение школьной зрелости				
8.1.	Медицинское обследование специалистами	1 раз в год	Медсестра	*
8.2.	Педагогическая диагностика готовности детей к обучению в школе	Май	Воспитатели	*
9. Медико-педагогическое обеспечение адаптации детей к детскому саду				
9.1.	Организация гибкого комфортного режима в адаптационный период	при поступлении после летних каникул	Воспитатели	*
9.2.	Педагогическое сопровождение ребенка в период адаптации	для вновь поступивших в течение всего адаптационного периода	Воспитатели специалисты	*
10. Гигиеническое воспитание и обучение				
10.1.	Работа с детьми: в соответствии с программой по формированию ЗОЖ	в течение года	Воспитатели	*
10.2.	Организация своевременного курсовой гигиенической переподготовки по программе гигиенического обучения	1 раз в 2 года	Заведующий МДОУ	*

10.3	Организация санитарно-гигиенической работы с сотрудниками	по плану ежемесячно	Медсестра	*
10.4	Организация санитарно-гигиенической работы с родителями	ежемесячно по плану	Медсестра	*
11. Мониторинг здоровья и оценка эффективности оздоровительной работы				
11.1	Медицинское обследование специалистами	1 раз в год	Медсестра	*
11.2	Оценка состояния здоровья каждого ребенка	2 раза в год	Врач	*
11.3.	Оценка физического развития каждого ребенка	2 раза в год	Врач Медсестра	*
11.4.	Общая заболеваемость группы	Ежемесячно	Медсестра	*
11.5	Острая заболеваемость группы	Ежемесячно	Медсестра	*
11.6.	Заболеваемость детей в случаях, в днях на 1 ребенка	Ежемесячно	Медсестра	*
11.7	Процент часто болеющих детей	Май	Медсестра Врач	*
11.8	Процент детей с хроническими заболеваниями	Сентябрь Май	Медсестра Врач	*
11.9	Распределение детей по группам физического развития	2 раза в год	Врач Медсестра	*
11.10	Распределение детей по группам здоровья	2 раза в год	Врач Медсестра	*
11.11	Процент детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях	Май	Врач Медсестра	*