Приложение № 6

к плану работы педагогического

коллектива МБДОУ №181

на 2022 – 2023 учебный год

**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:Контроль исправности ограждений на отопительных приборах· Сквозное проветривание – допустимое снижение температуры 2 СДневной сон при открытых фрамугах (избегая сквозняка, теплый период времени)Контроль температурного режима:Приемная , игровая - 20 ССпальня - 19 СТуалетная - - 20 СМузыкальный и физкультурный залы – 19 СОбеспечение адекватности одежды детей температурному режиму помещений и улицы | ежедневноежедневнокаждые 1,5 часа не менее 10 минутв теплое время годаежедневноежедневно | Заместитель заведующего по АХЧМладшие воспитателиВоспитателиМедсестраВоспитателиРодители |  |
| 1.2. | Соблюдение светового режима:Обеспечение исправности осветительных приборовЧистка оконных стекол и осветительной арматуры и светильников | ежедневно2 раза в годавгустапрель | Заместитель заведующего по АХЧМладшие воспитатели |  |
| 1.3. | Соблюдение санитарных правил:проведение влажной уборки всех помещений с применением моющих средстввлажная уборка в спальневлажная уборка в групповойчистка ковров пылесосом и влажной щеткойпроведение генеральной уборки всех помещений и оборудованиямытье игрушексмена постельного белья | 2 раза в деньпосле дневного снапосле каждого приема пищиежедневнов соответствии с утв.графикомежедневно в конце дняеженедельно | Младшие воспитателиМладшие воспитателиМладшие воспитателиМладшие воспитателиМладшие воспитатели |  |
| **2.** | **Рациональная организация режима дня и образовательного процесса** |
| 2.1. | Соблюдение утвержденного режима дня:· в адаптационный период· в теплое время года· в холодное время года· в каникулярный период· при карантинах | постоянно | ВоспитателиСпециалисты |  |
| 2.2 | Ежедневная прогулка в соответствии с СанПиН  | 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 | Старший воспитатель |  |
| 2.4. | Строгое соблюдение расписания непосредственно образовательной деятельности | ежедневно | ВоспитателиСпециалисты |  |
| 2.5. | Контроль за соблюдением режима дня, расписанием непосредственно образовательной деятельности | ежедневно | МедсестраСтарший воспитатель |  |
| 2.6. | Соблюдение календарного учебного графика | В течение года | ВоспитателиСпециалисты |  |
| **3.** | **Обеспечение достаточного уровня физической активности, проведение закаливающих процедур** |
| 3.1. | Разработка модели двигательного режима | сентябрь | Старший воспитатель |  |
| 3.2 | Использование разных видов утренней гимнастики | ежедневно | Воспитатели |  |
| 3.3 | Проведение физкультурных минуток во время занятий | ежедневно | ВоспитателиСпециалисты |  |
| 3.4 | Проведение оздоровительной гимнастики после сна | ежедневно | Воспитатели |  |
| 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 |  |  |
| 3.8. | Организация физкультурных развлечений | 1 раз в квартал | 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 | В течение года | Воспитатели |  |
| 3.11. | Участие в городском спортивном мероприятии «Малышок» | По плану организаторов мероприятия | Воспитатели |  |
| 3.12 | Участие в спортивных мероприятиях совместно с родителями | 2 раз в год | Воспитатели |  |
| 3.13 | Осуществление педагогического контроля за организацией физического развития | 2 раза в год | Старший воспитатель |  |
| 3.14 | Диагностика уровня физической подготовленности | 2 раза в годоктябрьмай | Воспитатели |  |
| 3.15. | Реализация дифференцированной системы закаливания, предусматривающей разнообразные формы и методы с учетом возраста, индивидуальных особенностей состояния здоровья детей, времени года | ежедневно | Воспитатели |  |
| 3.16. | 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. | Витаминизация 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 | Шеф-повар, заместитель заведующего по АХЧ,Хочу такой сайтвоспитатели,младшие воспитатели |  |
| 4.9. | Соблюдение питьевого режима | ежедневно | Воспитатели, Младшие воспитатели |  |
| 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 с ростом ребенка | 2 раза в год | Заведующий МБДОУВоспитатели |  |
| 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 | Воспитателиспециалисты |  |
| 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 | МедсестраЗаведующий МБДОУ |  |
| 6.2. | Утренний прием в группе | ежедневно | Воспитатель |  |
| 6.3. | Раннее выявление и изоляция детей и сотрудников с признаками заболевания | ежедневно | Медсестра |  |
| 6.4. | Своевременная организация противоэпидемических мероприятий в группе | по эпид.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 | МедсестраВоспитатели |  |
| 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 | Младший воспитатель,воспитатель |  |
| 6.8. | Привитие культурно-гигиенических навыков у детей в течение дня | ежедневно | Воспитательмладший 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 МБДОУ |  |
| 6.11. | Организация санитарно-гигиенической работы с сотрудниками | по плануежемесячно | Медсестра |  |
| 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 | Октябрь- март | МедсестраВоспитатели |  |
| **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 | ежедневноперед сном | Воспитатель |  |
| 7.5. | Обеспечение психолого-эмоционального благополучия детей путем выбора и осуществления наиболее адекватных форм педагогического взаимодействия в соответствии с характерным для ребенка типом поведения и его потребностями в общении | ежедневно | Воспитательспециалисты |  |
| 7.6. | Организация учебной деятельности по объему и интенсивности адекватной возрасту детям | в течение года | Старший воспитатель |  |
| 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 | 1 раз в годМай | Воспитатели |  |
| **9.** | **Медико-педагогическое обеспечение адаптации детей к детскому саду** |
| 9.1. | Организация гибкого комфортного режима в адаптационный период | при поступлениии после летних каникул | Воспитатели |  |
| 9.2. | Педагогическое сопровождение ребенка в период адаптации | для вновь поступившихв течение всего адаптационногопериода | 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 МБДОУ |  |
| 10.3 | Организация санитарно-гигиенической работы с сотрудниками | по плануежемесячно | 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 | ВрачМедсестраВоспитатели |  |
| 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 | МедсестраВрач |  |
| 11.8 | Процент детей с хроническими заболеваниями | СентябрьМай | МедсестраВрач |  |
| 11.9 | Распределение детей по группам физического развития | 2 раза в год | ВрачМедсестра |  |
| 11.10 | Распределение детей по группам здоровья | 2 раза в год | ВрачМедсестра |  |
| 11.11 | Процент детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях | Май | ВрачМедсестра |  |