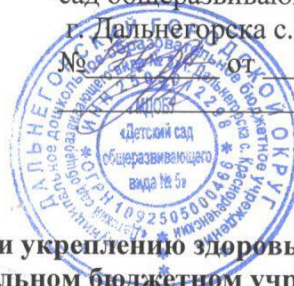


ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета МДОБУ
«Детский сад общеразвивающего вида № 5»
г. Дальнегорска с. Краснореченский
Протокол № 1
от « 30 » августа 20 14 г.

Приказом заведующего МДОБУ «Детский
сад общеразвивающего вида № 5»
г. Дальнегорска с. Краснореченский
№ 1 от 30.08.2014
Н.В. Мотопина



**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в
муниципальном дошкольном образовательном бюджетном учреждении «Детский
сад общеразвивающего вида № 5»
г. Дальнегорска с. Краснореченский**

Цель: Осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в ДОУ.

Задачи:

- использование оздоровительных методик, апробированных в ходе инновации, систематическое и качественное их обновление;
- сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;
- разработка методов и средств повышения адаптивности организма с хроническими или приобретенными патологическими формами.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ, ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.

Проведение специальных закаливающих процедур

Цель: Профессионально и качественно организовывать проведение закаливающих мероприятий, использовать закаливающие методики, апробированные в ходе эксперимента, систематическое и качественное их обновление.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Закаливающие процедуры 1) Воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах. 2) Босохождение после сна, хождение по корригирующим дорожкам. 3) Полоскание полости рта 1% соевым раствором во всех группах; 4) Умывание прохладной водой лица и рук по локоть после сна.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
2.	Сон при температуре воздуха в спальне 18 градусов, включение аромалампы 1 раз в месяц (при отсутствии противопоказаний)	Ежедневно	Воспитатели

3.	Проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна.	Ежедневно	Воспитатели
4.	Проведение точечного массажа	Ежедневно	Воспитатели
5.	Проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
6.	Босохождение. Хождение босиком по покрытому и непокрытому полу.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
8.	Ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели
9.	Игры с водой с целью закаливания во 2-й мл. и средней группах.	2 раза в неделю	Воспитатели
10.	Воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели

Профилактические мероприятия

Цель: использование комплекса оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на снижение уровня заболеваемости, выделение основных факторов риска, снижение уровня функциональной напряженности детского организма.

1.	Реабилитация детей после острых пневмоний и бронхитов.	По показаниям	Врач, м/с
2.	Самомассаж	3-4 раза в день	Воспитатели
3.	Лабораторное обследование часто болеющих детей (общий анализ крови, мочи, кал на я/гл.)	В теч. года 2 раза в год	Врач – педиатр амбулатории с. Краснореченский
4.	Осмотр всех детей узкими специалистами (отоларинголог, невропатолог, ортопед, окулист) для раннего выявления заболеваний.	1 раз год детей с 3-х лет	Врач – педиатр амбулатории с. Краснореченский
5.	Полоскание полости рта охлажденной кипяченой водой после приема пищи	Постоянно	Воспитатели, мл. 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 и интоксикации, нормализации обмена веществ.

1.	Фрукты ли фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.	Весна, осень	Кладовщик, повар
----	---	--------------	---------------------

2.	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию.	Согласно меню и карт раскладок	Кладовщик, повар
3.	Использовать в питании детей подверженных аллергии, гипоаллергенную диету (исключить из питания салаты из чистой свеклы, красные яблоки, шоколад, ограничить цитрусовые).	Индивидуально	Кладовщик, повар
4.	Ввести в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуски.	Ноябрь-апрель	Кладовщик, повар
5.	Витаминизация третьих блюд аскорбиновой кислотой.	Ноябрь-апрель	Повар

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.

1.	Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед	Ежедневно	Воспитатели
2.	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением	Ежедневно	Воспитатели
3.	Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.	Ежедневно на прогулке и в свободное время	Воспитатели
4.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: - гимнастика для глаз; - пальчиковая гимнастика; - дыхательная гимнастика; - физкультминутки	Ежедневно	Воспитатели
5.	Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке и после сна	воспитатели
6.	Физкультурные досуги с участием родителей (с применением мер профилактики во время короновирусной инфекции)	1 раз в квартал	Воспитатели музыкальный руководитель
7.	Праздники здоровья	1 раз в месяц	Воспитатели, музыкальный руководитель.
8.	Спортивные праздники	2 раза в год	Воспитатели, музыкальный руководитель

9.	Туристические походы	1 раз в год	Воспитатели
10.	Дыхательные упражнения	Во время занятий	Воспитатели
11.	Динамические упражнения	По плану	воспитатели
12.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели
13.	Корригирующая гимнастика	По плану	Воспитатели
СПОРТИВНЫЕ И МУЗЫКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ.			
<i>Цель:</i> сочетание психолого-педагогических подходов с лечебно-профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями;			
1.	Проведение занятий с использованием сказко – терапии.	Еженедельно	Воспитатели
2.	Использование приемов релаксации: - минутки тишины; - музыкальные паузы;	3-4 раза в день	Воспитатели, музыкальный руководитель
3.	Психогимнастика в сочетании с самомассажем.	Ежедневно	Воспитатели,
4.	Пальчиковая и артикуляционная гимнастика	Во время занятий	Воспитатели,
5.	Упражнения на формирование и развитие артикуляционной моторики.	Во время занятий	Воспитатели,
6.	Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления	Во время занятий	Воспитатели,
7.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатели,
8.	Музыкальные народные игры с арттерапевтическим эффектом: - игры и упражнения по развитию коммуникативных звонков и коррекции нежелательных черт характера; - игры и упражнения по телесной терапии.	По плану	Воспитатели,
9.	Музыкальные занятия с акцентом на эмоционально-психологическую коррекцию	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель
10.	Бодрящая и корригирующая гимнастика	Ежедневно после сна	Воспитатели, медработник
11.	Занятия с использованием методов музыкотерапии: <ul style="list-style-type: none"> • <u>вокалотерапии</u> – разучивание и исполнение народных песен; • <u>драматерапии</u> - инсценировки и драматизации, изучение и проведение народных календарных праздников и обрядов; • <u>кинезотерапии</u> – хореография, танец; • <u>инструментальную терапию</u> – игра на музыкальных инструментах. 	По плану	Воспитатели, музыкальный руководитель,
12.	Музыкальные утренники и развлечения	По плану	Воспитатели, музыкальный

			руководитель
САНИТАРНО- ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА (С ДЕТЬМИ, СОТРУДНИКАМИ, РОДИТЕЛЯМИ)			
<u>Санитарно-просветительская работа с детьми.</u>			
<i>Цель:</i> 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.			
1.	Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.	Ежедневно	Основные специалисты
2.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.	Постоянно	Основные специалисты
<u>Санитарно-просветительская работа с сотрудниками.</u>			
<i>Цель:</i> повышение компетентности сотрудников ДОУ в плане оздоровительной деятельности.			
1.	Усилить санпросветработу среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению.	В течение года	Врач-педиатр
2.	Проведение консультаций с воспитателями и педагогами на тему: «Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада»	Ноябрь-декабрь	Зам. зав по ВМР
3.	Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии	1 раз в кв-л	Воспитатели
4.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/с.	Постоянно	воспитатели
5.	Провести консультации для всех специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости».	В течении года	Зам. зав по ВМР
6.	Производственное совещание по вопросам сохранения и укрепления здоровья.	1 раз в год	Заведующий ДОУ
<u>Санитарно-просветительская работа с родителями.</u>			
<i>Цель:</i> реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.			
1.	Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья.	По плану	воспитатели
2.	Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.	По плану	воспитатели
3.	Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.	Постоянно	воспитатели
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ			

Цель: отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.

1.	Контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей.	Ежедневно	Заведующий ДОУ Зам. зав по ВМР
2.	Контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий.	2 раза в месяц	Заведующий ДОУ Зам. зав по ВМР
3.	Контроль за соблюдением режима дня в группах.	Ежедневно	Зам. зав по ВМР
4.	Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон.	Ежедневно	Заведующий ДОУ
5.	Контроль за проведением закаливающих процедур.	Ежедневно	Зам. зав по ВМР
6.	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований.	Ежедневно	Заведующий ДОУ