Годовой план

оздоровительных мероприятий в частном детском саду Peek-a-boo (Пикабу) /5 МАМ

Индивидуальный предприниматель

Соколова Мария Михайловна

**Цель:** Оздоровление и развитие детей, создание условий, обеспечивающих их физический и психологический комфорт.

**Задачи оздоровительной работы:**

1. Укреплять здоровье воспитанников.
2. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребёнка.
3. Повышать работоспособность детского организма.
4. Прививать детям культурно-гигиенические навыки, выполнять гигиенические требования к одежде детей, осуществлять дневной сон при открытых окнах, выполнение режима дня.
5. Формировать у детей интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.

# Формы и методы оздоровления детей в частном детском саду Peek-a-boo (Пикабу) /5 МАМ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Формы и методы** | **Содержание** | **Контингент детей** |
| 1 | Обеспечение  здо рового ритма  жизни | -щадящий режим (адаптационный период);  -гибкий режим;  -организация микроклимата и стиля жизни группы;  - учет возраста детей | Все группы |
| 2 | Физические  уп ражнения | -утренняя гимнастика;  -физкультурно-оздоровительные занятия;  -подвижные и динамичные игры;  -послеобеденная гимнастика;  -профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия)  -спортивные игры;  -занятия каратэ;  - пешие прогулки. | Все группы  Ежедневно  По плану педагога |
| 3 | Гигиенические и водные процеду ры | -умывание;  -мытьѐ рук;  -игры с водой;  -обеспечение чистой среды | Все группы  Ежедневно |
| 4 | Свето-воздушные ванны | * проветривание помещений (в том числе сквозное); * сон при открытых фрамугах;   -прогулки на свежем воздухе;  -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха | Все группы  Ежедневно |
| 5 | Активный отдых | -развлечения, праздники;  -игры-забавы;  -дни здоровья | Все группы  Ежедневно  По плану сада |
| 6 | Двигательная терапия | -дорожки здоровья;  -дыхательная гимнастика | Все группы  Ежедневно |
| 7 | Диетотерапия | -рациональное питание | Все группы  Ежедневно |
| 8 | Светоте рапия | -обеспечение светового режима;  - световое сопровождение среды | Все группы  Ежедневно |
| 9 | Музыкальная терапия | -музыкальное сопровождение режимных моментов;  -музыкальное оформление фона занятий;  -хоровое пение | Все группы  По плану педагога |
| 10 | Пропаганда ЗОЖ | -курс лекций и бесед;  -занятия по ОБЖ | Все группы  По плану сада |

**Комплекс оздоровительных мероприятий**

## Все группы:

Утренняя гимнастика в группе.

Полоскание полости рта после завтрака, обеда, ужина. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения.

Прогулки: дневная, вечерняя.

Оптимальный двигательный режим.

Упражнения на профилактику плоскостопия.

**План мероприятий оздоровления детей**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание мероприятий** | | | **Сроки**  **выполнения** | | **Ответственный за**  **выполнение** | |
|  | **5** |  | **6** |
| **Работа с детьми и персоналом:** | 1 | Утренний прием на свежем воздухе | Апрель - октябрь | | Воспитатели всех возрастных групп | |
| 2 | Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воз духа не ниже 15 градусов) | В течение года | | Воспитатели | |
| 3 | Проведение утренней гимнастики | В течение года | | Воспитатели | |
| 4 | Облегчѐнная одежда детей в группах | В течение года | | Воспитатели всех возрастных групп | |
| 5 | Проветривание помещений групп во время отсутствия детей | В течение года | | Администратор  Младшие воспитатели | |
| 6 | Умывание детей | В течение года | | Воспитатели Младшие воспитатели | |
| 7 | Витаминизация третьих блюд | В течение года | | Повар  медсестра | |
| 8 | Обеззараживание спальных и игровых помещений, туалетных комнат | В течение года | | Воспитатели Младшие воспитатели | |
| 9 | Контроль за физическим состоянием воспитанников. Закрепление правильной осанки, профилактика плоскостопия. | В течение года | | Медсестра  педагоги по каратэ и хореографии | |
| 10 | Контроль за температурным  режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световым режимом | В течение года | | Медсестра  Младший воспитатель  Администратор | |
|  | 11 | Полоскание полости рта | Ежедневно | | Медсестра  Младший воспитатель | |
| 12 | Солнечные ванны | Май-август | | Воспитатели медсестра | |
|  | 13 | Усиление санэпидрежима | Октябрь - декабрь, январь - март | | медсестра  Младшие воспитатели | |
|  | 14 | Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания | В течение года | | Медсестра | |
|  | 15 | Проведение беседы:  - с поварами по  санитарно-гигиеническим нормам и правилам на кухне:  - с помощниками воспитателей по санитарно-гигиеническим нормам и правилам получения и раздачи пищи, мытья посуды и уборки групп;  - с воспитателями о соблюдении санитарно-гигиенических норм при играх, занятиях, прогулках и сне  детей; о правилах оказания первой медицинской помощи детям при  травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложных  состояниях | 1-2 раза в месяц | | Медсестра | |
|  | 16 | Совещания на тему «Создание в детском саду условий для оздоровления детей  дошкольного возраста» | **е**жеквартальн | | Педагоги | |
| 17 | Контроль за медосмотром сотрудников | 1 раз в полгода | | Медсестра  администратор | |
| **Работа с родителями** | 18 | Оформление информационных стендов по профилактике заболевай | ежеквартальн | | Медсестра  администратор | |
| 19 | Родительское собрание на тему:  «Здоровый ребѐнок» | Октябрь - ноябрь | | Педагоги | |
| 20 | Беседы с родителями на темы:  - как уберечь ребѐнка от вирусного заболевания;  - повышение защитных функций организма;  - как предупредить травматизм у ребѐнка;  - профилактика энтеробиоза | По запросу | | Педагоги  медсестра | |