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 | Обеспечениездо рового ритмажизни | -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 группыЕжедневноПо плану педагога |
| 3 | Гигиенические и водные процеду ры | -умывание;-мытьѐ рук;-игры с водой;-обеспечение чистой среды | Все группыЕжедневно |
| 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 группыЕжедневно |
| 5 | Активный отдых | -развлечения, праздники;-игры-забавы;-дни здоровья | Все группыЕжедневноПо плану сада |
| 6 | Двигательная терапия | -дорожки здоровья;-дыхательная гимнастика | Все группыЕжедневно |
| 7 | Диетотерапия | -рациональное питание | Все группыЕжедневно |
| 8 | Светоте рапия | -обеспечение светового режима;- световое сопровождение среды  | Все группыЕжедневно |
| 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 группыПо 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 | АдминистраторМладшие воспитатели |
| 6 | Умывание детей  | В течение года | Воспитатели Младшие воспитатели |
| 7 | Витаминизация третьих блюд | В течение года | Повармедсестра |
| 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 | Медсестрапедагоги по каратэ и хореографии |
| 10 | Контроль за температурнымрежимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световым режимом | В течение года | МедсестраМладший воспитательАдминистратор |
|  | 11 | Полоскание полости рта | Ежедневно | МедсестраМладший 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 посанитарно-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 снедетей; о правилах оказания первой медицинской помощи детям притравмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложныхсостояниях | 1-2 раза в месяц | Медсестра |
|  | 16 | Совещания на тему «Создание в детском саду условий для оздоровления детейдошкольного возраста» | **е**жеквартальн | Педагоги |
| 17 | Контроль за медосмотром сотрудников | 1 раз в полгода | Медсестраадминистратор |
| **Работа с родителями** | 18 | Оформление информационных стендов по профилактике заболевай | ежеквартальн | Медсестраадминистратор |
| 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 | Педагогимедсестра |