

**Годовой план
оздоровительных мероприятий дошкольных групп
АНОО «Калужская международная школа»**

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 дошкольных групп
АНОО «Калужская международная школа»**

№ п/п	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	-щадящий режим (адаптационный период); -гибкий режим; -организация микроклимата и стиля жизни группы; - учет возраста детей	Все группы
2	Физические упражнения	-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 процедуры	-умывание; -мытьё 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
6	Двигательная терапия	-дорожки здоровья; -дыхательная гимнастика	Все группы Ежедневно
7	Диетотерапия	-рациональное питание	Все группы Ежедневно
8	Светотерапия	-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 школы

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	
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 воздуха не ниже 15 градусов)	В течение года	Воспитатели
	3	Проведение утренней гимнастики	В течение года	Воспитатели
	4	Облегчённая 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
Организац ионн ая работа	16	Совещания на тему «Создание в образовательной организации условий для оздоровления детей дошкольного возраста»	ежеквартальн	Педагоги
	17	Контроль за медосмотром сотрудников	1 раз в полгода	Медсестра, администратор
Работа с родителями	18	Оформление информационных стендов по профилактике заболеваний	ежеквартально	Медсестра администратор
	19	Родительское собрание на тему: «Здоровый ребёнок»	Октябрь - ноябрь	Педагоги
	20	Беседы с родителями на темы: - как уберечь ребёнка от вирусного заболевания; - повышение защитных функций организма; - как предупредить травматизм у ребёнка; - профилактика энтеробиоза	По запросу	Педагоги медсестра