

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом №  
протокол № 6 от 26.08.2021 г

«УТВЕРЖДАЮ»



Заведующий МБДОУ детским садом  
№ 16 «Колокольчик»  
— Агафоновичева Е.Б.  
приказ № 102 от 26.08.2021 г.

**План оздоровительной работы на 2021-2022 уч. год**  
**МБДОУ детского сада № 16 «Колокольчик»:**

**Цель:** Формирование у детей необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовленности, создание в ДОУ максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы с детьми и развития познавательного интереса воспитанников.

**Достижение поставленных целей осуществляется посредством решения следующих задач:**

- обеспечение снижения частоты случаев острой заболеваемости
- совершенствование функций ведущих физиологических систем организма ребёнка
- создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребёнка
- улучшение физического развития детей
- повышение устойчивости к утомлению
- формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности

**Ожидаемые результаты:**

у детей:

- оптимальное функционирование организма;
- повышение адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;
- сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек;
- осознание своей жизни в определённом социуме, защита, эмоциональный комфорт;

у педагогов:

- осознание необходимости создания таких условий для развития детей, которые помогут им, расти здоровыми и гармонично развитыми;

у родителей:

- необходимый запас знаний, которые помогут укрепить здоровье детей и обеспечить полноценное развитие.



**Создание условий для всестороннего развития детей.**

| №   | Направление работы   | Условия   | Ответственный                                       |
|---|--|---|---|
| <b>1. Санитарно-гигиенические условия</b>                       |  |   |   |
| 1.  | Переход на режим дня в соответствии с теплым и холодным периодом года        | Прием детей на участках детского сада, прогулка – 4-5 часов, сон – 3 часа, образовательная деятельность на свежем воздухе в летне – оздоровительный период  | Воспитатели заведующий                              |
| 2.  | Организация водно-питьевого режима   | Охлажденная кипяченая вода, посуда.   | помощники воспитателя, воспитатели                  |
| 3.  | Организация закаливающих процедур  | Наличие индивидуальных полотенец для рук и ног; таза, лейки; индивидуальных стаканчиков для полоскания зева и горла   | помощники воспитателя, медсестра, воспитатели       |
| <b>2. Условия для физического развития</b>                      |  |   |   |
| 1.  | Организация безопасных условий пребывания детей в ДОУ                        | Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках и в групповых помещениях.   | Заведующий, зам. Заведующий хозяйством, воспитатели |
| 2.  | Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни | Наличие дидактического материала для: работы по ОБЖ, обучения детей правилам дорожного движения, работы по ЗОЖ  | воспитатели   |
| 3.  | Организация оптимального двигательного режима                                | Наличие физкультурного оборудования, проведение профилактической работы (осанка, плоскостопие и др.) Организация н.о.д. физкультурно – оздоровительного цикла, спортивных праздников и развлечений. | воспитатели   |
| <b>3. Условия для познавательного и экологического развития</b> |  |   |   |
| 1.  | Организация экскурсий и целевых прогулок                                     | Экскурсии по детскому саду, целевые прогулки к перекрестку.   | воспитатели   |
| 2.  | Организация труда и наблюдений в природе                                     | Наличие цветника, огорода, уголка природы в группах; оборудования и пособий.  | воспитатели   |
| 5.  | Организация игр с песком и водой   | Наличие исправных песочниц на участках, лейки для обработки песка, лопат.   | воспитатели   |

**2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми.**

| №  | Содержание                                     | Возрастная группа и время проведения  | Ответственный |
|--|--|---|---------------|
| <b>1. Организация двигательного режима</b> |  |   |               |
| 1.   | Прием и утренняя гимнастика (летом на воздухе) | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно),<br>Летом средняя, старшая, подготовительная в зависимости от | воспитатели   |



|    |   |  |             |
|----|---|--|-------------|
|    |   | погоды   |             |
| 2. | Дыхательная гимнастика.   | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (1 раз в неделю после сна)                                 | воспитатели |
| 3. | Н.о.д. физкультурно-оздоровительного цикла  | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (3 раза в неделю)  | воспитатели |
| 4. | Оздоровительная ходьба за пределами детского сада на развитие выносливости        | Средняя, старшая, подготовительная (еженедельно)   | воспитатели |
| 5. | Дозированный бег для развития выносливости  | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям) | воспитатели |
| 6. | Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.) | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально)      | воспитатели |
| 7. | Подвижные игры на прогулке  | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)  | воспитатели |
| 8. | Физкультурные досуги и развлечения  | Младшая, средняя, старшая, подготовительная  | Воспитатели |

### 2. Закаливающие мероприятия

|    |                                  |  |             |
|----|----------------------------------|--|-------------|
| 1. | Воздушные ванны                  | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (в летнее время в теплую погоду на улице, в холодный период в помещении) | воспитатели |
| 2. | Прогулки                         | младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)  | воспитатели |
| 3. | Хожение босиком по песку и траве | Средняя, старшая, подготовительная (летом ежедневно в теплую погоду)   | воспитатели |
| 4. | Обширное умывание                | Средняя, старшая, подготовительная   | воспитатели |
| 5. | Мытье ног                        | Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно в летнее время)   | воспитатели |

### 3. Лечебно – оздоровительная работа

|    |  |  |             |
|----|--|--|-------------|
| 1. | Полоскание горла (календула, эвкалипт)   | Средняя, старшая, подготовительная (2 раза в неделю)   | воспитатели |
| 2. | Полоскание зева холодной кипячёной водой | Младшая средняя, старшая, подготовительная (после еды) | воспитатели |
| 3. | С- витаминизация блюд                    | Все группы   | повар       |

### 3. Организационно-педагогическая работа.

|  |  |                        |               |
|--|--|------------------------|---------------|
|  | Мероприятия                              | сроки                  | ответственный |
|  | Проведение инструктажа по охране жизни и | Сентябрь и Май, 1 нед. | Заведующий    |

|   |                                      |             |
|---|--------------------------------------|-------------|
| здоровья детей в летний оздоровительный период при организации режима дня проведения мероприятий.   |                                      |             |
| Смотр - конкурс на самый лучший участок и выносной материал, сделанный руками родителей и педагогов, лучший огородик.   | Май,                                 | воспитатели |
| Представить планы работы в летний оздоровительный период.   | до 29 мая,                           | Воспитатели |
| Цикл физкультурно-познавательных занятий:<br>«Расту здоровым», «Буду я чистюлей», «Никто не заботиться о тебе лучше, чем ты сам», «Береги себя»;<br>Проведение «Дня здоровья» | В течении года<br><br>В летнее время | Воспитатели |

#### **4. Санитарно-просветительская работа.**

2.1. Систематические осмотры территории с целью очистки их от ядовитых трав и грибов, от посторонних предметов.

воспитатели групп, помощники воспитателя.

2.2 Консультация для педагогов «Безопасность детей – главная цель ДООУ и родителей».

#### **Организация профилактики заболеваемости и оздоровления**

##### **детей с ослабленным здоровьем**

1. Организационные мероприятия по оздоровлению детей в ДООУ.

- а) составление списка детей, нуждающихся в оздоровлении;
- б) составление индивидуального плана оздоровления;
- в) оценка эффективности оздоровительных мероприятий;
- г) работа с родителями.

2. Профилактические мероприятия по оздоровлению детей в ДООУ.

- а) строгое выполнение санитарно-гигиенического режима;
- б) коррекция режима дня и питания;
- в) закаливание в сочетании с дыхательной гимнастикой;
- г) профилактика ОРЗ и гриппа;
- д) мероприятия по ослаблению адаптивного синдрома.



**План работы по профилактике простудных заболеваний в осенне-зимний период года**  
**Профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний в осенне-зимний период:**

1. Поддержание чистоты
2. Генеральная уборка групп, дезинфекция в период вспышки ОРВИ
3. Проветривание спальни перед сном и проветривание групп

**Виды оздоровительных мероприятий**

1. Утренняя гимнастика /ежедневно в течении года/
2. Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/
3. Дыхательная гимнастика /1 раз в неделю/
4. Воздушные ванны /перед сном, после сна/
5. Н.О.Д. Физкультурно – оздоровительного цикла /3 раза в неделю/
6. Проветривание группы /перед, после сна/
7. Полоскание горла /ежедневно/  
Витаминизация: соки, фрукты, витамины /ежедневно/
8. Профилактические прививки по графику
9. Закаливание солнцем, водой /в летний период/
10. Профилактика плоскостопия /ежедневно/
11. Профилактика осанки детей /ежедневно/
12. Физкультминутки /ежедневно/
13. Подвижные игры /ежедневно/
14. Прогулки /ежедневно /
15. Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течении года.