

**Годовой план  
оздоровительных мероприятий  
МКОУ «Межовская СОШ» структурное подразделение детский сад**

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

**Задачи:**

- Укреплять здоровье воспитанников.
- Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребёнка.
- Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.
- Чётко выполнять и прививать детям культурно-гигиенические навыки, гигиенические требования к одежде детей, дневной сон при открытых окнах, обливание стоп, выполнение режима дня.
- Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.

**Формы и методы оздоровления детей  
в МКОУ «Межовская СОШ» структурное подразделение детский сад**

№ 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 биоритмов и возраста детей	Разновозрастная группа
2	Физические упражнения	-утренняя гимнастика; -физкультурно-оздоровительные занятия; -подвижные и динамичные игры; -профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия) -спортивные игры; - пешие прогулки.	Разновозрастная группа
3	Гигиенические и водные процедуры	-умывание; -мытьё рук; -игры с водой; -обеспечение чистой среды	Разновозрастная группа
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное); - сон при открытых фрамугах; - прогулки на свежем воздухе; -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Разновозрастная группа
5	Активный отдых	-развлечения, праздники; -игры-забавы; -дни здоровья	Разновозрастная группа

6	Свето и цветотерапия	-обеспечение светового режима; -цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Разновозрастная группа
7	Муз. терапия	-муз. сопровождение режимных моментов; -муз. оформление фона занятий; -хоровое пение (в том числе звуковое)	Разновозрастная группа
8	Спец. закаливание	-хождение босиком; -обширное умывание; -дорожки здоровья; -дыхательная гимнастика; -сухое обтирание после сна	Разновозрастная группа
9	Стимулирующая терапия	-витамины, проф. прививки (по плану оздоровительно профилактических мероприятий)	Разновозрастная группа
10	Пропаганда ЗОЖ	-курс лекций и бесед; -спец. занятия (ОБЖ)	Разновозрастная группа

**План мероприятий оздоровления в МКОУ «Межовская СОШ» структурное подразделение детский сад  
На 2023-2024 г**

Содержание мероприятий			Сроки выполнения	Ответственный за выполнение
<b>Работа с детьми:</b> общие методы	1	Утренний прием на свежем воздухе	Апрель - октябрь	Воспитатели
	2	Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ниже 15 градусов)	В течение года	Воспитатели
	3	Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе, утренних пробежек	Апрель - октябрь	Воспитатели
	4	Облегчённая одежда детей в группах	В течение года	Воспитатели
	5	Проветривание помещений групп во время отсутствия детей	В течение года	Воспитатели Младшие воспитатели
	6	Умывание детей с постоянным понижением температуры воды от 28 градусов до 20 градусов	В течение года	Воспитатели Младшие воспитатели

	7	Витаминация третьих блюд	В течение года	Повар
	8	Фильтр спальных и игровых помещений, туалетных комнат	В течение года	Воспитатели Младшие воспитатели
	9	Контроль за физическим воспитанием. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия.	В течение года	Воспитатели
	10	Контроль за температурным режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световым режимом	В течение года	Воспитатели
<b>Работа с детьми:</b> специальные методы	11	Босохождение	Июнь - август	Воспитатели
	12	Солнечные ванны	Май-август	Воспитатели
	13	Обливание водой	Июнь - август	Воспитатели
	14	Полоскание полости рта и горла кипячёной водой	Сентябрь - октябрь, декабрь - январь, март - апрель	Воспитатели

	15	Витамиотерапия: поливитамины	2 раза в год – осень, весна	Воспитатели
	16	Ароматерапия (чеснок, лук)	Октябрь - декабрь, январь - март	Повар
	17	Лекарственная терапия: - оксолиновая мазь, - вакцинопрофилактика	Период повышенной заболеваемости (октябрь- декабрь) Подготовительный период к гриппу	Родители
	18	Усиление санэпидрежима	Октябрь - декабрь, январь - март	Младшие воспитатели
	19	Диспансеризация	Апрель - май	Родители

	20	Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания	В течение года	Воспитатели
	21	Профилактические прививки	В течение года	Родители
<b>Работа кадрами</b>	22	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; правила оказания первой медицинской помощи детям при травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложных состояниях	2 раза в месяц 2 раза в месяц 1 раз в месяц	Зам. директора по УВР

	23	Консультация для технического персонала: - воздушный режим и его значение для здоровья детей, - воспитание культурно гигиенических навыков	Октябрь Ноябрь	Зам. директора по УВР
	24	Совещание при директоре «Анализ заболеваемости. Выполнение программы по ФИЗО».	Декабрь	Воспитатели
	25	Контроль «Организация закаливающих процедур в группах»	В течении года	Зам. директора по УВР
	26	Контроль за медосмотром сотрудников	1 раз в полгода	Директор
<b>Работа с родителями</b>	27	Оформление информационных листовок ширм на тему: - инфекционные заболевания; - лечение без лекарств; - физическое воспитание малышей	В течение года	Воспитатели
	28	Родительские собрания на тему: «Здоровый ребёнок»	Апрель	Воспитатели

29	Беседы с родителями на темы: - как уберечь ребёнка от вирусного заболевания; - повышение защитных функций организма; - как предупредить травматизм у ребёнка; - профилактика энтеробиоза; - другие по необходимости	В течение года	Воспитатели
----	---	----------------	-------------