

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ д/с 49  
\_\_\_\_\_ О.А.Залого  
протокол педсовета № 1 от 30.08.2022г.

**План лечебно-профилактических мероприятий по сохранению и  
укреплению здоровья воспитанников в МАДОУ д/с № 49  
2022 – 2023 учебный год.**

Цель: Осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей ( мини уголки по физкультуре во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик.
3. Взаимодействие с родителями и социальными институтами по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

| № п.п | Содержание                                                                                                                                                                                                       | Группа            | Периодичность выполнения                                                                                                      | Ответственные                                    |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 1.    | <b>Оптимизация режима</b>                                                                                                                                                                                        |                   |                                                                                                                               |                                                  |
| 1.1   | Организация жизни детей в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима пребывания детей во всех возрастных группах на тёплый и холодный период года.<br>Создание комфортного режима. | Группы            | Ежегодно                                                                                                                      | Ст. воспитатель<br>Воспитатели<br>Ст. медсестра. |
| 1.2   | Заполнение листов адаптации при поступлении детей в детский сад                                                                                                                                                  | 1 младшая группа. | Ежегодно                                                                                                                      | Воспитатели                                      |
| 1.3   | Организация прогулки 2 раза в день: первая половина дня и вторая половина дня                                                                                                                                    | Все группы        | Ежедневно. Исключения из – за климатических условий : сильный ветер – более 7 м/с, температура воздуха ниже минус 15 градусов | Воспитатели                                      |
| 1.4   | Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима пребывания во всех возрастных группах                                                                       | Группы            | Ежедневно – 1 раз                                                                                                             | Воспитатели                                      |

|      |                                                                                                                                                                       |                                                  |                                     |                                      |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 1.5  | Организация НОД в соответствии с СанПИН, обязательное проведение физкультминутки в середине НОД                                                                       | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 1.6  | Организация четырёх разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник.                                                                                            | Группы                                           | Ежедневно                           | Повар, воспитатели<br>мл.воспитатели |
| 2    | <b>Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа</b>                                                                                                       |                                                  |                                     |                                      |
| 2.1  | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза                                                                                                              | Группы                                           | Ежегодно                            | Ст. воспитатель Воспитатели          |
| 2.2  | Организация бесед с детьми по валеологии.                                                                                                                             | Группы младшего и старшего дошкольного возраста. | Согласно плана воспитателя          | Воспитатели                          |
| 2.3  | Организация утренней гимнастики.                                                                                                                                      | Группы.                                          | Ежедневно                           | Воспитатели, музыкальный             |
| 2.4  | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.                                               | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.5  | Организация воздушных ванн в режимные моменты. Самомассаж , гимнастика после сна, корректирующая гимнастика.                                                          | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.6  | Организация водных процедур (умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) в режимные моменты. Обливание ног перед дневным сном – тёплый период года. | Группы                                           | Ежедневно<br><br>Июнь, июль, август | Воспитатели                          |
| 2.7  | Ходьба босиком. Ходьба по ребристой доске и доске нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия.                                                | Группы.                                          | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.8  | Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.                                                                          | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.9  | Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы - игры забавы.                                                                                | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.10 | Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.                                                         | Группы                                           | Ежедневно                           | Воспитатели                          |
| 2.11 | Диспансеризация детей. Осмотр детей узкими специалистами в детской поликлинике                                                                                        | Группы                                           | Согласно плана                      | Заведующий                           |

|                                                                                           |                                                                                                                                                                     |        |                              |                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------|--------------------------------|
| 2.1<br>2                                                                                  | Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.                                                                                      | Группы | Согласно плана ст. медсестры | Заведующий                     |
| <b>3. Мероприятия по организации режима работы ДОУ в условиях коронавирусной инфекции</b> |                                                                                                                                                                     |        |                              |                                |
| 3.1                                                                                       | Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - использование рециркулятора, - систематическое проветривание, - влажная уборка. | Группы | В осенний и весенний период  | Воспитатели<br>Мл. воспитатели |
| 3.2                                                                                       | Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фрукты, овощные салаты, фруктовые соки, кисломолочные продукты и т.д.      | Группы | Ежедневно                    | Заведующий хозяйством          |
| 3.3                                                                                       | Исключить общение Воспитанников из разных групп, в том числе при проведении прогулок.                                                                               | Группы | Ежедневно                    | Воспитатели                    |
| 3.4                                                                                       | Закрепить за каждой группой групповую комнату, организовав обучение и пребывание в строго закрепленном за каждой группой помещении, за исключением занятий          | Группы | Ежедневно                    | Воспитатели                    |
| 3.5                                                                                       | Исключить проведение массовых мероприятий с участием групп, а также массовых мероприятий с привлечением лиц из иных организаций.                                    | Группы | Ежедневно                    | Воспитатели                    |
| 3.6                                                                                       | Сократить количество проводимых совещаний, семинаров, конференций в дошкольном образовательном учреждении.                                                          | Группы | Ежедневно                    | Воспитатели                    |
| 3.7                                                                                       | Обеспечить по возможности более свободную рассадку Воспитанников при организации питания, расположение кроватей при организации дневного сна.                       | Группы | Ежедневно                    | Воспитатели                    |

|     |                                                                                                                                 |        |                              |             |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------|-------------|
| 4   | <b>Взаимодействие с родителями и социальными институтами.</b>                                                                   |        |                              |             |
| 4.1 | Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.                                           | Группы | Согласно, плана воспитателя. | Воспитатели |
| 4.2 | Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ :<br>- на стендах во всех возрастных группах, в фойе, папки передвижки, стенгазеты. | Группы | Систематическое              | Воспитатели |
| 4.3 | Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.                     | Группы | По мере необходимости.       | Воспитатели |

|     |                                                              |                                                 |                                         |             |
|-----|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|
| 4.4 | Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках. | Группы младшего и старшего дошкольного возраста | Согласно планов проводимых мероприятий. | Воспитатели |
|-----|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|