

ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ МБДОУ ДС ОБ № 21 ст. Азовской

на 2020-2021 гг

| № Мероприятие | Адресность/ форма проведения | Время проведения | Ответственный | |
|---|---|-------------------------------------|---|---|
| Мониторинг физического состояния воспитанников | | | | |
| 1 | Обследование состояния здоровья и физического развития детей | дети всех групп | сентябрь, май | медицинская сестра |
| 2 Закаливающие мероприятия | | | | |
| 2.1 | Ежедневное проветривание помещений, в том числе сквозное | по графику | ежедневно | воспитатели, младшие воспитатели |
| 2.2 | Контроль за соответствием детской одежды сезону | дети всех групп | ежедневно | воспитатели |
| 2.3 | Дневной сон при открытых фрамугах | дети всех групп | ежедневно в теплую погоду | воспитатели |
| 2.4 | прием детей и утренняя гимнастика на свежем воздухе | дети всех групп | ежедневно, (в теплое время года - весна, лето, осень) | воспитатели, |
| 2.5 | Проведение ежедневных гигиенических процедур: | | | |
| 2.5.1 | умывание прохладной водой; мытье рук до локтя | дети всех групп | ежедневно | воспитатели |
| 2.5.2 | воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями | дети всех групп | весна, лето | воспитатели, инструктор по физическому воспитанию |
| 2.5.3 | закаливание солнцем | индивидуально | в теплое время года | воспитатели, медицинская сестра |
| 2.5.4 | закаливание водой, воздухом мытье ног до колена прохладной водой | индивидуально | в теплое время года | воспитатели, медицинская сестра |
| 3 оздоровительные процедуры после дневного сна | | | | |
| 3.1 | гимнастика пробуждения | дети всех групп по мере пробуждения | ежедневно | воспитатели |
| 3.2 | самомассаж ушных раковин, стоп, пальчиковый массаж | дети всех групп | ежедневно | воспитатели |

| | | | | |
|----------|--|--|-----------------------|---|
| 3.3 | ходьба по дорожкам здоровья | дети всех групп поточно | ежедневно | воспитатели |
| 4 | профилактика вирусных инфекций и иммуноберегающие мероприятия | | | |
| 4.1 | применение натуротерапии – ношение чесночных бус | дети всех групп | в холодное время года | медицинская сестра |
| 4.2 | полоскание горла прохладной водой | дети всех групп | ежедневно | воспитатели |
| 4.3 | точечный массаж | дети всех групп | ежедневно | воспитатели |
| 4.4 | витамиотерапия (С-витаминация компота и киселя) | дети всех групп | постоянно | медицинская сестра |
| 4.5 | Обработка групповых помещений бактерицидными лампами | | ежедневно | медицинская сестра младшие воспитатели |
| 5 | проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий (с нагрузкой по группам здоровья) | | | |
| 5.1 | дни здоровья, спортивные праздники, оздоровительные досуги | дети всех групп | 1 раз в месяц | воспитатель, инструктор по физическому воспитанию, воспитатели |
| 5.2 | игры-эстафеты, малоподвижные, подвижные игры | дети всех групп | 2 раза в месяц | воспитатель, инструктор по физическому воспитанию, музыкальный работник |
| 5.3 | спортивные игры, игровые тренировки | дети всех групп | ежедневно | инструктор по физическому воспитанию |
| 6 | развитие эмоционально-волевой сферы воспитанников, снижение психического напряжения детей | | | |
| 6.1 | применение элементов психогимнастики (по методике М.И. Чистяковой) | дети всех групп | 2 раз в неделю | инструктор по физическому воспитанию, воспитатель |
| 6.2 | Проведение артикуляционной гимнастики | индивидуально и по подгруппам | ежедневно | логопед, воспитатель |
| 6.3 | проведение дыхательной, зрительной, мимической, пальчиковой гимнастики, логоритмики. | дети всех групп, по подгруппам и индивидуально | ежедневно | психолог, воспитатели |
| 7 | взаимодействие с родителями в группах, на родительских собраниях по следующим темам | | | |
| 7.1 | «Формирование у детей навыков личной гигиены» | консультации | сентябрь | воспитатели |
| 7.2 | «Профилактика и предупреждение | беседы и раздача | ноябрь | медицинская сестра |

| | | | | |
|-----|--|---|------------------|--------------------|
| | инфекционных заболеваний» | брошюр с информацией | | |
| 7.3 | «Как правильно закалывать в раннем возрасте» | консультации | декабрь | медицинская сестра |
| 7.4 | «Роль лекарств и витаминов» | раздача брошюр с информацией | январь | медицинская сестра |
| 7.5 | «Как оказать первую помощь» | вебинар | февраль, май | медицинская сестра |
| 7.6 | «Каким должно быть полноценное питание дошкольников» | консультации и раздача брошюр с информацией | сентябрь, март | медицинская сестра |
| 7.7 | «Витамины в жизни наших детей» | консультации и раздача брошюр с информацией | октябрь, февраль | медицинская сестра |