|  |  |
| --- | --- |
| **Муниципальное бюджетное дошкольное**  **образовательное учреждение**  &ncy;&ocy;&vcy;&ocy;&scy;&tcy;&icy; **«Детский сад №26 «Золотая рыбка»** | |
|  | **Адрес:** 623752 Свердловская область,  г. Реж, ул. Чапаева, д. 23 **Тел**.: 8 (34364) 3 88 80  **Email**: [detsad\_zolotayrubka@mail.ru](mailto:detsad_zolotayrubka@mail.ru) |

**План оздоровительных и профилактических мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Мероприятия* | *Ответственные* | *Срок* |
| Медицинское обследование детей | Медсестра, специалисты | При поступлении в ДОУ, |
| Подбор и маркировка мебели по росту детей | Медсестра, воспитатели | Август, декабрь |
| Профилактика заболеваемости ОРВИ, ГРИПП | Медсестра, воспитатели | Ноябрь – март |
| Витаминизация | Медсестра,  завхоз | Постоянно |
| Профилактика простудных заболеваний | Медсестра, воспитатели | По графику круглогодично |
| Проведение оздоровительных гимнастик, массажей | Инструктор по физвоспитанию, воспитатели | Постоянно, на утренней гимнастике, на занятиях |
| Проведение ленивых побудок | Воспитатели | После сна |
| Двигательный режим физического развития детей | Инструктор по физвоспитанию, воспитатели | Постоянно, на физкультурных занятиях, на прогулке |
| Самостоятельный двигательный режим | Воспитатели | Не менее 2 – х часов в день |
| Спортивные мероприятия (праздники, развлечения, дни здоровья) | Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели | 1 раз в месяц по плану |
| Профилактическая работа с детьми (нарушение осанки, плоскостопие) | Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели | Включение специальных упражнений в физкультурные занятия |

**Вывод:** реализация программы физического воспитания и оздоровления детей в детском саду осуществлялась на достаточном уровне.

Оптимальная эффективность образовательной деятельности по физической культуре достигалась за счет правильного распределения детей по подгруппам в зависимости от уровня физического развития, и использования здоровьесберегающих технологий. Оздоровительный эффект разных комплексов физических упражнений и подвижных игр на занятиях обеспечивался при выполнении движений с разной степенью интенсивности. Проводилась большая работа с родителями по оздоровлению и здоровьесбережению дошкольников посредством консультаций, изготовлением буклетов, памяток, разный оздоровительных мероприятий.

Для проведения физкультурных занятий имеется необходимое оборудование, которое позволяет использовать его для отработки основных движений, для построения полосы препятствий различной сложности. Имеется спортивный инвентарь для игры в баскетбол, волейбол; имеется спортивная площадка.

В дошкольном учреждении ведётся систематическая работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей, создаются условия для их своевременного и полноценного психического развития.

***Физкультурно - оздоровительные мероприятия.***

Цель:организация оптимального рационального двигательного режима, регламентированной по интенсивности физической нагрузки, которая полностью удовлетворяет потребность детей в движениях, соответствует функциональным возможностям растущего организма и способствует укреплению здоровья детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Физкультурные занятия по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.) | Ежедневно | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию |
| Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением | Ежедневно | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию |
| Индивидуальные физические упражнения и подвижные игры. | Ежедневно на прогулке и в свободное время | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию |
| Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности:  - гимнастика для глаз;  - пальчиковая гимнастика;  - дыхательная гимнастика;  - физкультминутки | Ежедневно | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию |
| Оздоровительный бег | Ежедневно на прогулке и после сна | Воспитатели |
| Физкультурные досуги с участием родителей | 1 раз в квартал | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Праздники здоровья | 1 раз в месяц | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Спортивные праздники | 2 раза в год | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Туристические походы | 1 раз в год | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Дыхательные упражнения | Во время занятий | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Динамические упражнения | По плану | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |
| Пальчиковая и артикуляционная гимнастика | Во время занятий | Воспитатели, инструктор по физвоспитанию, музыкальный руководитель |

***Санитарно- просветительская работа***

***(с детьми, сотрудниками, родителями)***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| С детьми.  Цель: формирование у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья. | | | | |
| 1. | Беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни. | Ежедневно | | Воспитатель |
| 2. | Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей. | Постоянно | | Воспитатель |
| С сотрудниками.  Цель: повышение компетентности сотрудников ДОУ в плане оздоровительной деятельности. | | | | |
| 1. | Усилить санпросветработу среди воспитателей по дошкольному физическому воспитанию детей; режиму дня, правильному рациональному питанию, закаливанию, оздоровлению. | В течение года | | Медицинская сестра |
| 2. | Проведение очередных инструктажей с воспитателями и педагогами на тему:  « Проведение закаливающих и оздоровительных мероприятий в условиях детского сада» | Ноябрь-декабрь | | Медицинская сестра |
| 3. | Рассмотрение вопросов возрастной физиологии и психологии | 1 раз в квартал | |
| 4. | Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для работников д/сада. | Постоянно | | Старший воспитатель |
| 5. | Консультации для специалистов: «Выполнение режима дня и индивидуальный подход к детям – залог успешной работы по снижению заболеваемости». | В течении года | | Старший воспитатель |
| 6. | Педагогический совет, посвященный вопросам оздоровления | 1 раз в год | | Старший воспитатель |
| С родителями. Цель: реализация эффективных форм работы с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей. | | | | |
| 1. | Родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья. | По плану | Старший воспитатель, воспитатели | |
| 2. | Консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления. | По плану | Старший воспитатель, воспитатели | |
| 3. | Организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей. | Постоянно | Старший воспитатель, воспитатели | |

***Медико - педагогический контроль***

Цель: отслеживание и координация работы по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Усилить контроль за организацией рационального питания соответственно возрасту и здоровью детей. | Ежедневно | Медицинская сестра, заведующий |
| Усилить контроль за проведением утренней гимнастики, физкультурных занятий. | 2 раза в месяц | Медицинская сестра, старший воспитатель |
| Контроль за соблюдением режима дня в группах. | Ежедневно | Медицинская сестра, старший воспитатель |
| Контроль за двигательной активностью во время прогулок на свежем воздухе в осенне-зимний сезон. | Ежедневно | Медицинская сестра, старший воспитатель |
| Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований. | Ежедневно | Медицинская сестра, старший воспитатель |