

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья
воспитанников
на 2025 – 2026 учебный год в МАДОУ детский сад 7**

Цель: Созданий условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

Создание условий для двигательной активности и физического развития детей

Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.

Взаимодействие с родителями по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№ п.п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1.	Оптимизация режима			
1.1	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	младшая группа	Ежегодно	Воспитатели
1.3	Организация прогулок: первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

	особенностями, согласно, установленного режима.			
1.5	Организация занятий в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине занятия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация трёхразового питания: завтрак, обед, полдник.	все возрастные группы	Ежедневно	Повар, воспитатели, помощник воспитателя
2	Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа			
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – групповая, 1 раз – на открытом воздухе.	все возрастные группы	Ежегодно	Воспитатели.
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Группы младшего и старшего дошкольного возраста.	Согласно плана воспитателей	Воспитатели
2.2	Организация утренней гимнастики. Холодный период года – групповая. Тёплый период года – улица.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.3	Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований, оздоровительного бега в группах и на прогулке.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.4	Организация праздника здоровья.	все возрастные группы	1 раз в квартал	Воспитатели
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели

2.6	Организация водных процедур (умывание, мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Хождения по тропинке здоровья – тёплый период года.	все возрастные группы	Ежедневно Июнь, июль, август	Воспитатели
2.7	Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.7	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	все возрастные группы	Согласно плана воспитателей	Воспитатели Музыкальный руководитель
2.9	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей.	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.0	Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, хирург, окулист)	все возрастные группы	Согласно плана ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ»	Согласно плана ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ»
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	все возрастные группы	Согласно плана ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ»	Согласно плана ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ»
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний: - систематическое проветривание, - влажная уборка, - кварцевание	все возрастные группы	В осенний и весенний период	Воспитатели. Помощники воспитателя

3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощных салатов, фруктовых соков, напитков из садовых ягод, кисломолочных продуктов	все возрастные группы	Ежедневно	ООО «Азбука питания»
4	Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей			
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Воспитатели
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, группа здоровья)	все возрастные группы	Раз в квартал	воспитатели
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5	Взаимодействие с родителями			
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	все возрастные группы	Согласно плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ : - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	все возрастные группы	Систематическое	Воспитатели,
5.3	Консультации, беседы, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	все возрастные группы	По мере необходимости	Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в семейных спортивных праздниках.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели

6	Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.			
6.1	Организация выставок методической литературы на тему	все возрастные группы	Систематическое	воспитатель
6.2	Организация посещения открытых методических объединений, просмотр открытых занятий, обмен опытом работы, участие в онлайн вебинарах по теме.	все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Воспитатели, специалисты ДОУ
6.3	Самообразование педагогов по теме здоровьесбережения		Систематическое	Воспитатели
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.	все возрастные группы	Систематическое	Инструктор по физической культуре

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 592268602073746744239473766369558630346618555892

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен с 17.02.2025 по 17.02.2026