

Документ подписан электронной подписью  
Деева Елена Владимировна  
Сертификат 7692BC1A56B1E91837E433507170891162D07656  
Действует с 29.09.2022 до 23.12.2023

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 25»

\_\_\_\_\_ Е.В. Деева  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

## План профилактической и оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 25» на 2023-2024 учебный год

**Цель:** Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей, снижения детской заболеваемости; повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

№ п/п	Наименование деятельности	Срок исполнения	Ответственные	Контроль выполнения
1	2	3	4	5
<b>1.</b>	<b>Система медико-профилактических мероприятий</b>			
1.1.	Плановое медицинское обследование детей, профилактические осмотры (лабораторные исследования, антропометрия, определение групп здоровья, узкие специалисты)	в течение года по плану	врач медсестра	
1.2.	Оформление листов здоровья	сентябрь	врач, медсестра	
1.3.	Мониторинг психофизического развития детей, экспресс – обзоры состояния здоровья детей на ППк, медико-педагогических совещаниях	в течение года по плану	врач, медсестра, воспитатели, инструктор ФК	
1.5.	Аналитические отчеты по заболеваемости	1 раз в квартал	врач, медсестра, воспитатели	
1.6.	Иммунопрофилактика социально значимых инфекций	согласно календарю прививок	врач, медсестра	
1.7.	Специфическая профилактика заболеваемости (приложение №1)	В зависимости от сезона и эпид. обстановки	врач, медсестра, родители	
1.8.	Подготовка и выпуск санбюллетеней, информационных листов для родителей	1 раз в квартал	врач, медсестра	
1.9.	Кварцевание, облучение бактерицидными лампами групповых помещений	ежедневно	воспитатели	
<b>2.</b>	<b>Система рационального питания</b>			
2.1.	Организация сбалансированного питания	постоянно	заведующий	
2.2.	Организация питания детей на основе десятидневного меню	постоянно	медсестра, кладовщик	

2.3.	Индивидуальное меню для детей по показаниям (при аллергии, избыточном весе, хронических заболеваниях)	постоянно	медсестра, кладовщик	
2.4.	Организация работы бракеражной комиссии	постоянно	председатель комиссии	
2.5.	Формирование у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания при приеме пищи в соответствии с возрастом, сервировка стола	постоянно	воспитатели, младшие воспитатели	
2.6.	Витаминизация третьего блюда аскорбиновой кислотой	ежедневно	медсестра	
<b>3.</b>	<b>Система физкультурно-оздоровительных и здоровьесберегающих мероприятий</b>			
<b>3.1.</b>	Мониторинг физического развития с использованием компьютерной методики «Физкультурный паспорт»	сентябрь, май	инструктор ФК	
<b>3.2.</b>	Представление результатов диагностики и динамики физического развития на ППк, медико-педагогических совещаниях	сентябрь, май	инструктор ФК	
<b>3.3.</b>	Разработка и реализация рекомендаций по физическому развитию детей	в течение года	инструктор ФК	
<b>3.4.</b>	<b><i>Здоровьесберегающие технологии формирования навыков ЗОЖ</i></b>			
3.4.1.	Занятия по физическому развитию (2 занятия в зале, третье занятие на свежем воздухе)	согласно расписанию занятий	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.2.	Утренняя гимнастика	ежедневно	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.3.	Оздоровительный комплекс после дневного сна: гимнастика пробуждения в сочетании с закаливающими и оздоровительными процедурами (самомассаж, ходьба по дорожкам здоровья)	ежедневно	воспитатели	
3.4.4.	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно согласно режиму дня	воспитатели	
3.4.5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей, в том числе с использованием оборудования физкультурного уголка	ежедневно	воспитатели	
3.4.6.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: физминутки, гимнастика для глаз, дыхательная, артикуляционная, пальчиковая гимнастика	ежедневно	воспитатели, специалисты	
3.4.7.	Проведение Дней здоровья	1 раз в квартал	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.8.	Физкультурные досуги	еженедельно	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.9.	Физкультурные праздники	4 раза в год	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.10	Спортивные соревнования, в том числе с воспитанниками других детских садов	2 раза в год	инструктор ФК, воспитатели	
3.4.11	Малый туризм	2 раза в год	инструктор ФК, воспитатели	

3.4.12	Занятия по ОБЖ	1 раз в месяц	воспитатели	
3.4.13	Проведение валеологических бесед на занятиях и в режимных моментах	ежедневно	воспитатели, специалисты	
<b>3.5.</b>	<b><i>Здоровьесберегающие технологии закаливания (Приложение № 2)</i></b>			
3.5.1.	Создание оптимального микроклимата в групповом помещении: (температура, влажность, проветривание)	все группы ежедневно	воспитатели, мл. воспитатели	
3.5.2.	Утренний приём и гимнастика на свежем воздухе	все группы ежедневно в летний период	воспитатели	
3.5.3.	Воздушные ванны (на утренней гимнастике, на физкультурных занятиях, после сна)	все группы ежедневно	воспитатели	
3.5.4.	Солнечно-воздушные ванны	все группы ежедневно в летний период	воспитатели	
3.5.5.	Сон без маек	все группы ежедневно	воспитатели	
3.5.6.	Прогулки на воздухе	все группы ежедневно	воспитатели	
3.5.7.	Физкультурные занятия на воздухе	все группы 1 раз в неделю	инструктор ФК, воспитатели	
3.5.8.	Босохождение (на утренней гимнастике, на физкультурных занятиях, после сна)	все группы ежедневно	инструктор ФК, воспитатели	
3.5.9.	Полоскание зева холодной водой	группа №19 ежедневно	воспитатели	
3.5.10	Игры с песком и водой на прогулке	ежедневно в летний период	воспитатели	
3.5.11	Игры с песком в группе	ежедневно	воспитатели	
3.5.12	Топтание в холодной воде	группа №14 ежедневно; группы №15,12 сентябрь, октябрь ежедневно	воспитатели	
3.5.13	Топтание в тазу со снегом	ноябрь, апрель группы №15,12 ежедневно	инструктор ФК, воспитатели	
3.5.14	Бег по снегу	группы №15,12 ежедневно	инструктор ФК, воспитатели	
3.5.15	Солевая дорожка	группа №18 ежедневно	воспитатели	
3.5.16	Обширное умывание	все группы ежедневно	воспитатели	
3.5.17	Дорожки здоровья	все группы ежедневно	воспитатели	
3.5.19	«Скандинавская» ходьба	группа №17 ежедневно	воспитатели	
<b>3.6.</b>	<b><i>Здоровьесберегающие коррекционные технологии</i></b>			
3.6.1.	Артикуляционная гимнастика	все группы ежедневно 4-5 раз	воспитатели, учитель-логопед	

3.6.2.	Пальчиковая гимнастика	все группы ежедневно 3-4 раза	воспитатели, специалисты	
3.6.3.	Дыхательная гимнастика Стрельниковой	все группы ежедневно	воспитатели, специалисты	
3.6.4.	Гимнастика для глаз	все группы ежедневно	воспитатели, специалисты	
3.6.5.	Самомассаж (элементы)	все группы ежедневно	воспитатели, специалисты	
3.6.6.	Психогимнастика Чистяковой	все группы ежедневно	воспитатели, педагог- психолог	
3.6.7.	Фоно- и логоритмика	все группы ежедневно	воспитатели, учитель-логопед	
3.6.8.	Кинезиологические упражнения		воспитатели, специалисты	
3.6.9.	Музыкотерапия (музыкальное сопровождение занятий, музыкальные паузы)	все группы ежедневно	воспитатели, специалисты	
3.6.10	Песочная терапия		педагог- психолог	
<b>4.</b>	<b>Обеспечение комфортной пространственной и психологической среды</b>			
4.1.	Создание и совершенствование развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС	в течение года	Заведующий, начальник хозотдела, зам. зав. по ВМР, педагоги	
4.2.	Создание в группах условий для самостоятельной деятельности по инициативе и интересам детей	постоянно	воспитатели	
4.3.	Мониторинг и психологическое сопровождение эмоционально-волевого развития детей	в течение года	педагог-психолог	
4.4.	Разработка и реализация рекомендаций по поддержке благоприятной психологической среды	в течение года	педагог-психолог	
4.5.	Оптимальное распределение нагрузки и активного отдыха детей (гибкий график групповых и индивидуальных занятий, каникулы, физминутки)	в течение года	воспитатели, специалисты	
4.6.	Использование в образовательном процессе психотерапевтических методик (психогимнастика, релаксация, игры с водой и песком, активизирующее общение и др.)	в течение года	воспитатели, специалисты	
4.7.	Функционирование уголков уединения и психологической разгрузки в группах	постоянно	воспитатели	
<b>5.</b>	<b>Система работы по обеспечению охраны труда и безопасности жизнедеятельности детей и сотрудников</b>			
5.1.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (своевременный ремонт мебели и оборудования)	постоянно	начальник хозотдела	
5.2.	Соблюдение условий безопасности на рабочем месте	постоянно	все сотрудники	

5.3.	Организация и функционирование уголков ОБЖ в группах	постоянно	воспитатели	
5.4.	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма (Приложение №3)	постоянно	воспитатели	
5.5.	Выпуск бюллетеня «Здоровячок» на официальном сайте	ежемесячно	редколлегия	