



Утверждаю:
Ст. воспитатель СПДС №9

Вихрева В.Н.
25.08. 2023 г.

**ГODOVOЙ ПЛАН
ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ
И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
Структурное подразделение «Детский сад №9
«Гнёздышко»
на 2023 - 2024 уч.год**

Комплекс оздоровительных мероприятий по возрастным группам

Младшая группа:

Утренняя гимнастика в группе. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения. Физкультурные занятия (в носках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю. «Чесночные» киндеры. Фитонциды (лук, чеснок). Прогулки: дневная, вечерняя. Оптимальный двигательный режим.

Сон без маек. Дыхательная гимнастика в кровати. Упражнения на профилактику плоскостопия. Элементы обширного умывания. †

Средняя группа: Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику).

Физкультурные занятия в зале (в носках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения. Чесночные «киндеры». Фитонциды (лук, чеснок). Прогулки: дневная, вечерняя. Оптимальный двигательный режим.

Сон без маек. Дыхательная гимнастика в кроватях. Обширное умывание, ходьба босиком. Упражнения на профилактику плоскостопия.

Старшая группа. Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику). Физкультурные занятия в зале (в носках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения. Чесночные «киндеры». Фитонциды (лук, чеснок). Прогулки: дневная, вечерняя. Оптимальный двигательный режим.

Сон без маек. Дыхательная гимнастика в кроватях. Закаливание. Обширное умывание, ходьба босиком. Упражнения на профилактику плоскостопия.

Подготовительная группа.

Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику). Физкультурные занятия в зале (в носках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения. Чесночные «киндеры». Фитонциды (лук, чеснок).

Прогулки: дневная, вечерняя.

Оптимальный двигательный режим.

Сон без маек.

Дыхательная гимнастика в кроватях.

Закаливание.

Обширное умывание, ходьба босиком.

Упражнения на профилактику плоскостопия.

План мероприятий оздоровления ДОУ д/с № 9 на 2023 - 2024уч.год

Содержание мероприятий			Сроки выполнения	Ответственный за выполнение
1	2	3	4	5
Работа с детьми: общие методы	1	Утренний прием на свежем воздухе	Апрель - октябрь	Воспитатели всех возрастных групп
	2	Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ниже 15 градусов)	В течение года	Воспитатели средн. групп старших групп подгот группа
	3	Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе	май - сентябрь	воспитатель
	4	Облегченная одежда детей в группах	В течение года	Воспитатели всех возрастных групп
	5	Проветривание помещений групп во время отсутствия детей	В течение года Воспитатели	Воспитатели Младшие воспитатели
	6	Умывание детей с постоянным понижением температуры воды от 28 градусов до 20 градусов	В течение года	Воспитатели Младшие воспитатели
	7	Витаминоизация третьих блюд	В течение года	медсестра
	8	Контроль за физическим воспитанием. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия	В течение года	медсестра ст.воспитатель
	9	Контроль за температурным режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световым режимом	В течение года	медсестра ст.воспитатель
Работа с детьми: специальные методы	10	Босохождение	Июнь - август	Воспитатели медсестра
	11	Солнечные ванны	Май-август	Воспитатели медсестра
	12	Обливание водой	Июнь - август	Воспитатели медсестра
	13	Ароматерапия (чеснок, лук)	Октябрь - декабрь, январь - март	медсестра
	14	Лекарственная терапия:	Период повышенной	медсестра Родители

		- вакцинопрофилактика	заболеваемости (октябрь-декабрь)	
	15	Усиление санэпидрежима	Октябрь - декабрь, январь - март	медсестра пом. воспитателя
	16	Диспансеризация	По плану детской поликлиники	медсестра
	17	Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания	В течение года	медсестра
	18	Обследование на энтеробиоз	По плану детской поликлиники	медсестра
	19	Профилактические прививки	В течение года	медсестра
Работа с кадрами	20	Проведение беседы: - с поварами по санитарно- гигиеническим нормам и правилам на кухне; - с помощниками воспитателей по санитарно- гигиеническим нормам и правилам получения и раздачи пищи, мытья посуды и уборки групп; - с воспитателями о соблюдении санитарно- гигиенических норм при играх, занятиях, прогулках и сне детей; правила оказания первой медицинской помощи детям при травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложных состояниях	1 раза в квартал 1 раза в квартал 1 раз в квартал	медсестра
	21	Консультация для персонала: - воздушный режим и его значение для здоровья детей, - воспитание культурно гигиенических	Октябрь Ноябрь	медсестра Старший воспитатель

		навыков		
	22	Педагогический совет на тему «Создание в ДОУ условий для оздоровления детей дошкольного возраста»	Декабрь	Старший воспитатель
	23	Совещание: «Анализ заболеваемости».	май	Старший воспитатель
	24	Контроль «Организация закаливающих процедур в группах»	В течение года	Старший воспитатель
	25	Контроль за медосмотром сотрудников	1 раз в год	медсестра
Работа с родителями	26	Оформление информационных листовок на тему: - инфекционные заболевания; - лечение без лекарств; - физическое воспитание малышей	В течение года	Старший воспитатель медсестра
	27	Родительские собрания на тему: «Здоровое питание дошкольников» «Здоровый ребенок»	Сентябрь Апрель	Воспитатели медсестра
		Беседы с родителями на темы: - как уберечь ребенка от вирусного заболевания; - повышение защитных функций организма; - как предупредить травматизм у ребенка; - профилактика энтеробиоза; - другие по необходимости	В течение года	медсестра Старший воспитатель

Формы и методы оздоровления детей в ДОУ д/с № 9 на 2023 - 2024 уч.год

№	Формы и методы	содержание	контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	-падающий режим (адаптационный период); -гибкий режим; -организация микроклимата и стиля жизни группы; - учет биоритмов и возраста детей	Все группы
2	Физические упражнения -	Физические упражнения -утренняя гимнастика; -физкультурно-оздоровительные занятия; -подвижные и динамичные игры; -профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия) -спортивные игры; - пешие прогулки.	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	-умывание; -мытьё рук; -игры с водой; -обеспечение чистой среды	Все группы
4	Свето-воздушные ванны -	- проветривание помещений (в том числе сквозное); - сон при открытых фрамугах; -прогулки на свежем воздухе; -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы
5	Активный отдых	-развлечения, праздники; -игры-забавы; -дни здоровья	Все группы
6	Свето и цветотерапия -	-обеспечение светового режима -цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
7	Диетотерапия	-рациональное питание	Все группы
8	Музтерапия	-муз.сопровождение режимных моментов; -муз.оформление фона занятий; -хоровое пение (в том числе звуковое)	Все группы
9	Спецзакаливание	-хождение босиком; -обширное умывание; -дорожки здоровья; -дыхательная гимнастика;	Все группы
10	Стимулирующая терапия	проф. прививки (по плану оздоровительнопрофилактических мероприятий)	Все группы
11	Пропаганда	-курс лекций и бесед; -спец. занятия (ОБЖ)	Все группы