

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Педагогическим советом
МБДОУ «Д/сад «Солнышко»
(протокол № 1 от 27.08.2024г.)

Заведующая МБДОУ «Д/сад «Солнышко»
Юсупова Р.Н.
Юсупова Р.Н.
02.09.2024г.



Годовой план работы

медицинской сестры

МБДОУ «Детский сад «Солнышко»
общеразвивающего вида с. Н-Казанище
На 2024-2025 уч.год

Багавутдинова Эльмира Ражабовна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Комплексный план лечебно-профилактической и оздоровительной работы МБДОУ «Детский сад «Солнышко» общеразвивающего вида разработан в соответствии с СанПиН.

Цель:

Создание системы физкультурно-оздоровительных мероприятий, позволяющих эффективно решать задачи охраны и укрепления здоровья детей, формирование здорового образа жизни воспитанников через обеспечение взаимодействия МБДОУ «Детский сад «Солнышко» общеразвивающего вида и семьи.

Задачи:

- реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, и их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков;
- создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей. Предупреждение заболеваемости и травматизма;
- профилактика рецидивов болезней и улучшение здоровья воспитанников;
- воспитание у детей потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработке индивидуального способа валеологически обоснованного поведения;
- осуществить педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления.

Ожидаемый результат:

- Снижение уровня заболеваемости
- Повышение уровня физической готовности
- Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

Успешное решение поставленных задач и выполнение ФОП ДО возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания (физических упражнений, рационального режима, закаливания). Чтобы обеспечить воспитание здорового ребенка, работа осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы и лечебно - профилактических мероприятий.

Оздоровительная система строится с учетом особенностей возраста, физического развития и здоровья воспитанников и содержит следующие элементы:

1. Организация режима и комплексная диагностика состояния здоровья детей;
2. Организация двигательного режима;
3. Охрана психического здоровья;
4. Лечебно-профилактическая работа;
5. Лечебно-оздоровительная работа.
6. Медицинский контроль за физическим воспитанием
7. Медицинский контроль за питанием
8. Медико-гигиеническое обучение родителей
9. Медико-гигиеническое обучение сотрудников

1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА И КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Задачи: 1. Создание комфортного режима пребывания детей в дошкольном учреждении.

2. Организация жизни детей в адаптационный период.

3. Определение соответствия образовательной среды возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников, состоянию их здоровья и своевременное выявления факторов риска для их здоровья и развития:

4. Исследование состояния здоровья детей специалистами детской поликлиники, выявление функциональных нарушений:

	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Анализ работы за летний оздоровительный период	Август,		Мед. сестра Воспитатели
2.	Проводить осмотр вновь поступивших детей, наблюдение за детьми в период адаптации в неделю.	Постоянно		Медсестра
3.	Проводить медицинский осмотр детей по группам в декретированные сроки с антропометрией и выведением группы здоровья. При необходимости выдавать направления к специалистам.	По плану		Медсестра
4.	Анализ адаптации детей с «тяжёлой адаптацией» с разбором на педагогическом совете.	Сентябрь октябрь		Медсестра
5.	Ежемесячно проводить анализ заболеваемости по группам	Постоянно		Медсестра
6.	Контролировать утренний приём детей и своевременный вывод больных их	Постоянно		Медсестра
7.	Составление месячного плана профилактики прививок, осмотр и проведение их, сокращая необоснованные медотводы с ежемесячной сдачей отчёта в поликлиник	Ежемесячно		Медсестра
8.	Своевременное приобретение лекарственных препаратов и перевязочного материала, дезинфектантов, отслеживание ков годности,	В течение года		Мед. сестра

2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Под руководством взрослых ежедневно проводятся мероприятия, способствующие активизации двигательной деятельности.

1. Утренняя гимнастика (ежедневно 5-7 мин.)
 - традиционная форма (комплекс ОРУ);
 - обыгрывание сюжета;
 - подвижные игры с разным уровнем подвижности;
 - элементами ритмики;
 - оздоровительный бег (на воздухе);
2. Физкультурные занятия:
 - тематические;
 - комплексные;
 - сюжетные;
 - игровые;
 - на свежем воздухе;
 - контрольно-учетные.

Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

- маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием;
- в среднем возрасте развить физические качества (выносливость, силу);
- в старших группах - оформить потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность.

3. Подвижные и музыкальные игры в первой и второй половине дня на прогулке 3-4 раза в неделю (20-30 м.)
4. Корректирующая гимнастика после дневного сна (ежедневно 3-5 мин.)
5. Физкультминутки.
6. Самостоятельная двигательная деятельность.
7. Организация активного отдыха (спортивные досуги и развлечения, праздники, дни здоровья, каникулы и т.д.).

3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Задачи:

1. Создание условий, обеспечивающих психическое, физическое здоровье, эмоциональный комфорт;

2. Обеспечение психологического комфорта и легкой, безболезненной адаптации детей к дошкольному учреждению.

3. Диагностика и своевременная коррекция функциональных изменений в состоянии здоровья, развития речи и в формировании психологического статуса дошкольников.

4. Обеспечение психологического комфорта ребенка с целью сохранения физического и психического здоровья, которое включает:

- эмоциональное благополучие (преобладание в процессе жизнедеятельности позитивных эмоций),
- позитивная Я-концепция (положительное самовосприятие, самоотношение, самооценка),
- благополучие и успешность в сфере общения и взаимоотношений (принятие ребенка родителями, сверстниками и педагогами).

Индивидуальные и групповые занятия направлены на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы.

На занятиях используются:

- Психодиагностика.
- Элементы аутотренинга и релаксации.
- Псих гимнастика.
- Элементы музыкотерапии, сказкотерапии и смехотерапии.

4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Задачи:

1. Обеспечить индивидуальные меры укрепления здоровья детей.
2. Профилактика инфекционных заболеваний.

Лечебно-профилактическая работа в детском саду строится на основе анализа заболеваемости в предыдущие годы, чтобы проследить степень эффективности предпринимаемых профилактических мер, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития, физической подготовленности. Профилактическая работа направлена на повышение сопротивляемости и защитных сил организма.

Профилактическая работа

1. Контроль за состоянием здоровья детей.
2. Контроль за состоянием осанки и свода стопы.
3. Контроль за правильным дыханием на занятиях физкультуры, утренней гимнастики.
4. Подбор мебели в соответствии с ростом ребенка.
5. Витаминотерапия.
6. Кварцевание.
7. Сбалансированное питание.
8. Чесочно-луковые закуски.
9. Употребление соков, фруктов, овощей, витаминных салатов.
10. Ароматизация помещений (чесночные букетики).

Обеспечить эффективную физкультурно-оздоровительную работу можно только при условии содружества медицины и педагогики.

Мероприятия комплексного плана лечебно-профилактической работы осуществляется медицинскими работниками.

	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Ежедневный осмотр сотрудников на кожные заболевания.	Постоянно		Медсестра
2.	Осмотр детей на педикулез раз в неделю.	Постоянно		Медсестра
3.	В период подъема заболеваемости ОРВИ и гриппом, организовать профилактические мероприятия для поднятия иммунитета, используя нетрадиционные способы защиты организма.	Постоянно		Медсестра
4.	Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием в группах, соблюдение всех	Постоянно		Медсестра

	режимных моментов.			
5.	Тестовый контроль знаний мл.воспитателей по режимным моментам и санитарно-гигиеническим нормам.	Постоянно		Мед. сестра
6.	Проверка санитарного состояния пищеблока совместно с администрацией, осмотр сотрудников кухни перед аботой с отметкой в нале.	Постоянно		Мед. сестра
7.	Контроль за территорией детского сада в летнее и зимнее время года, в связи с профилактикой травматизма.	Постоянно		Мед. сестра
8.	Контроль за соблюдением сан. эпидрежима.	Постоянно		Медсестра
9.	Своевременное проведение туберкулино-диагностики, по показаниям консультация фтизиатора.	Постоянно		Медсестра
10.	Охватить профилактическими прививками по плану централизованной картотеки на 1000/0.	Постоянно		Медсестра
11.	Контроль за осмотром детей в пероид карантина.	Ежедневно		Медсестра
12.	Детям с хроническими заболеваниями проводить диспансеризацию, назначая противорецидивное лечение 2 раза в год, весной и осенью со сдачей анализов. Назначение реабилитационных мероприятий реконвалесцентам.	Сентябрь, октябрь		Медсестра
13.	Посещение семинаров, планёрок и конференций в поликлинике	В течение года		Медсестра

5. ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Развитие движений в полной мере не обеспечивает укрепление здоровья, рекомендуется закалять детей ввиду того, что адаптация к температурным перепадам идет сложно, дети часто болеют простудными заболеваниями.

Особое внимание в режиме дня уделяется проведению закаливающих процедур. Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию привычек здорового образа жизни.

Система закаливания ежегодно корректируется медицинскими работниками детского сада в соответствии с результатами и имеющимися условиями.

Эффективные закаливающие процедуры:

1. Утренняя гимнастика в облегченной форме + босохождение + воздушные ванны.
2. Обширное умывание прохладной водой.
3. Полоскание рта и горла прохладной водой.
4. Босохождение по профилактическим дорожкам.
5. Физическое занятие на воздухе.
6. Босохождение по траве (лето).
7. Игры с водой во время прогулки (лето).
8. Воздушные ванны (ультрафиолетовые лучи, лето).
9. Ежедневные оздоровительные прогулки.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы она действительно давала эффект, виды деятельности на прогулке меняются в зависимости от предыдущего занятия. Так после занятия, на котором дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижных игр; после физкультурных, музыкальных мероприятий - с наблюдения, спокойных игр и т. д.

№	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Своевременно брать на диспансерный учет детей с хронической патологией и групп риска, консультировать врачами специалистами.	Постоянно		Мед. сестра
2.	Использование закаливающих процедур в сочетании с дыхательной и корригирующей гимнастикой.	Постоянно		Воспитатели Мед. сестра
3.	Проводить сезонную профилактику простудных заболеваний и гриппа: прививки против гриппа;	Ноябрь февраль		Медсестра

	использование фотоцитов (чеснок, лук) оксолиновая мазь биостимуляторы (элеутерококк)			
4.	Проведение «Недели здоровья» Обучающая-игровая форма.	ноябрь		Воспитатели Мед. сестра
5.	Проводить С-витаминизацию пищи	Постоянно		Мед. сестра
6.	После обследования детей своевременно доводить сведения о состоянии здоровья детей до педагогического коллектива, родителей.	Постоянно		Мед. сестра
7.	«Неделя здоровья» на тему: «Ядовитые ягоды, растения и грибы, профилактика отравления. Оказание первой помощи»	Май		Медсестра
8.	Детей Т-11 гр. Здоровья закаливать по общей программе, включая воздушные и солнечные ванны, ходьба босиком, обливание ног, спортивные игры	Июнь-август		Мед. сестра
9.	Проведение совместный утренний флешмоб по дыхательной гимнастике и точечному массажу	В течении года		Медсестра Воспитатели

6. МЕДИЦИНСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗА ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ

№	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Осуществить врачебный контроль за проведением физкультурных занятий с оценкой моторной плотности, тренирующего эффекта.	1 раз в квартал		Мед. сестра
2.	Использование дыхательной гимнастики на физкультурных занятиях и физ. минутках. Проводить физкультурные занятия на улице.	Постоянно		Воспитатели Медсестра
3.	Работа с детьми, имеющими плоскостопие, нарушение осанки ко щая гимнастика .	В течение года 2 раза в неделю		Медсестра
4.	Проводить медицинский контроль за спортивными играми, соревнованиями, спортивными праздниками.	Постоянно		Медсестра
5.	Контроль состояния оборудования спортивных и музыкальных залов	Постоянно		Мед. сестра

7. МЕДИЦИНСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗА ПИТАНИЕМ

№	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Составлять меню с использованием 10-дневного меню.	Ежедневно		Заведующая Медсестра
2.	Контролировать доброкачественность сырой продукции.	Ежедневно		Медсестра
3.	Проводить бракераж готовой продукции.	Ежедневно		Медсестра
4.	Проводить витаминизацию Ш блюд.	Ежедневно		Медсестра
5.	Контроль за раздачей питания в группах.	2 раза в неделю		Медсестра
6.	Ведение накопительной ведомости	Ежедневно		Медсестра
7.	Контроль за отбором контрольно-суточной пробы.	Ежедневно		Медсестра
8.	Обеспечение должного санитарного состояния в овощехранилище.	Ежедневно		Заведующая Медсестра

8. МЕДИКО-ГИГИЕНПЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
ТЕМЫ ЛЕКТОРИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ				
1.	Закаливание детей.	Постоянно		Мед.сестра Воспитатели
2.	Обучение родителей дыхательной гимнастики и точечному массажу (профилактика простудных заболеваний)	Октябрь Ноябрь		Мед. сестра
3.	Профилактика и лечение гриппа.	Декабрь-		Медсестра
4.	Психогигиена детей дошкольного воз ста.	Январь		Психолог
5.	Оздоровление детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.	Ноябрь		Мед.сестра
6.	Планирование оздоровления детей в летнее время.	Апрель-май		Мед. сестра
7.	Профилактика глистных инвазий.	Май-июнь		Медсестра
8.	Профилактика туберкулеза, туберкулино-диагностика.	В течении года		Медсестра
9.	Профилактика травматизма в зимний и летний периоды.	Постоянно		Мед. сестра
10.	Ядовитые растения и грибы. Профилактика отравлений.	Май-сентябрь		Медсестра
11.	Дизентерия. Профилактика и лечение.	Июль-сентябрь		Мед. сестра
12.	Профилактика кожных заболеваний.	Апрель		Медсестра
13.	Профилактика клещевого энцефалита.	Март-май		Мед. сестра
14.	Профилактика детских инфекций.	Постоянно		Медсестра
15.	Специфическая профилактика. Значение проф. - прививок.	Октябрь		Медсестра

9. МЕДИКО-ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ОБУЧЕНИЕ СОТРУДНИКОВ

	Мероприятия	Дата по плану	Дата выполнения	Ответственные
1.	Знакомить воспитателей с клиникой заболеваний, с мерами предупреждения этих заболеваний.	В течение года		Медсестра
2.	Проводить инструктаж по сан. эпид. режиму	1 раз в месяц		Мед. сестра
3.	Привлекать воспитателей к анализу заболеваемости детей выяснять причины заболевания .	Ежемесячно		Медсестра

ТЕМЫ ЛЕКТОРИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1.	Личная гигиена детей.	Январь		Мед.
2.	Энтеробиоз и его профилактика.	Сентябрь октябрь		Медсестра
3.	Профилактика желудочно-кишечных заболеваний.	Май		Медсестра
4.	Профилактика гриппа Точечный массаж и дыхательная гимнастика.	Октябрь ноябрь		Медсестра
5.	Профилактика ОРЗ	Декабрь		Медсестра
6.	Профилактика ВИЧ-инфекции и гепатита В.	Декабрь		Медсестра
7.	Профилактика болезней			Медсестра
8.	Профилактика кожно-венерологических заболеваний.	Январь		Медсестра
9.	Профилактика ревматизма.	Декабрь-май		Медсестра
10.	Оказание первой помощи неотложка	Апрель-май		Медсестра
11.	Психогигиена.	Июнь		Психолог
12.	Профилактика эндокринных заболеваний.			Медсестра
13.	Профилактика болезней костно-мышечной системы.	Апрель		Медсестра
14.	Профилактика сердечно сосудистых заболеваний.	Март		Медсестра
15.	Специфическая профилактика прививки	Октябрь		Мед. сестра

МЛАДШАЯ ГРУППА

Задачи:

1. Формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности.
2. Формировать навыки культурного поведения; добиваться понимания детьми предъявляемых им требований.
3. Знакомить детей с факторами, влияющими на их здоровье.
4. Воспитывать потребность в двигательной активности.

Со второй младшей группы используются социо игровые методы работы, что является основным фактором для создания здоровьесберегающей среды. В сочетании с контрастными воздушными ваннами для детей младшего дошкольного возраста полезно использовать игровые дорожки (разные коврики, ребристые доски, лесенки и т.д.). Применение этих снарядов не только делает процедуру интересной, но и развивает двигательную активность детей.

	<i>Содержание</i>	<i>Периодичность выполнения</i>	<i>Ответственный исполнитель</i>	<i>Время</i>
1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
1.1	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб детей	Ежедневно	Воспитатель Медсестра	В течение года
1.2	Создание комфортного режима		Воспитатель	
1.3	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей			
2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
2.1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 5-10 мин.	Воспитатель	В течение года
2.2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин.		
2.3	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	2 раза в неделю 15 мин. в зале		
2.4	Хореография	1 раз в неделю 15 мин.	Педагог-организатор	
	Совместная музыкально-спортивная деятельность	раз в месяц	Муз. рук. Воспитатели	
2.5	Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования	Ежедневно 2 раза в день по 7 мин.	Воспитатель, Муз.рук.	
2.6	Физкультминутки	Ежедневно во время организованно образовательной		

		деятельности занятий 3 мин.		
2.7	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно	Воспитатель	2 раза в месяц
2.8	Гимнастика после сна	Ежедневно		
2.9	Прогулки	Ежедневно утро вечер		
2.10	Оздоровительный бег	Ежедневно 3 мин.		
2.11	Физкультурный досуг	По 10-15 мин.		
2.12	Спортивный праздник	По 10-15 мин.		
2.13	День здоровья	Сентябрь, январь, май		
3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
3.1	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	Воспитатель Муз.рук.	В течение года
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА				
4.1	Ароматерапия «Чесночные киндеры»	Ежедневно	Воспитатель	в холодный период года
4.2	Витаминные салаты	Второй завтрак, полдник	Медсестра, воспитатель Мл воспитатель	В течение года
4.3	Сок, фрукты			
4.4	Санэпидрежим — жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания			
4.5	Витаминизация питья витамином с		Медсестра по	
5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА				
5.1	ы с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	лето
5.2	Воздушные и солнечные ванны			
5.3	Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна: - ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия; - ходьба по мокрым дорожкам			
6. ОБСЛОДОВАНИЕ				
6.1.	Оценка уровня развития и состояния здоровья детей	3 раза в год	Медсестра, Методист Педагога	В течение года
7. ЗОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ				
7.1.	Технология Ю.Ф.Змановского «Здоровый дошкольник»	Ежедневно	Педагога	В течение года
7.2	Дыхательная гимнастика по П. Н. Стрельниковой			

7.4	Психогимнастика	Вновь пришедшие дети с целью ко кшш		В период адаптации
8. ЗАКАЛИВАНИЕ				
8.1	<i>Воздухом</i>			
8.1.1	Воздушные ванны			После дневного
	Босохождение			
8.1.3	Сон без маечек			
8.1 3	Прогулка	Ежедневно	Воспитатели	
8.2	ВОДОЙ			
8.2.1	Мытье рук и лица	Ежедневно	Воспитатели	Несколько раз в день
8.2.2	Обливание ног	В летний период		После дневной прогулки
8.23	Полоскание рта	Ежедневно		После каждого приема
8.3	<i>СОЛНЦЕМ</i>			
8.3.1	Солнечные ванны: - местное воздействие - Общее воздействие	Ежедневно	Воспитатели	Во время прогулок в холодное время года Во время прогулок в тёплое время года

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Задачи:

1. Закреплять потребность в чистоте и аккуратности, продолжать формировать навыки культурного поведения.
2. Продолжать знакомить с факторами, влияющими на здоровье.
3. Развивать умение осознать и сформулировать свои переживания, потребности, желания.
4. Формировать элементарные представления о видах спорта.

В средней группе контрастное закаливание в форме воздушных ванн сочетается с оздоровительным бегом после дневного сна. Перебежки из холодного помещения в тёплое проводятся в играх «Самолётики», «Перелётные птицы» и т.д.

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный исполнитель	Время
1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
1.1	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей	Ежедневно	воспитатель, медсестра	В течение года
1.2	Утренний прием и гимнастика на свежем воздухе			Воспитатель
1.3	Создание комфортного режима		В течение года	
1.4	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей			
2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
2.1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 5-10 МИН.	Воспитатель	В течение года
2.2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 7 мин.		
2.3	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	2 раза в неделю 20 мин. в зале		
2.4	Хореография	1 раз в неделю 20 мин.	Педагог-	
2.5	Совместная музыкально-спортивная деятельность	1 раз в месяц	Муз.рук. Воспитатели	
2.6	Совместная музыкально-спортивная деятельность на открытом воздухе	2-3 раза в год	Муз.рук. Воспитатели	
2.7	Подвижные юры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования	Ежедневно 2 раза в день 7-10 мин.	Воспитатель Муз.рук.	
2.8	Физкультминутки	Ежедневно во время о организованно	Воспитатель	

		образовательной деятельности занятий, 5 мин.			
2.9	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно	Воспитатель		
2.10	Гимнастика после сна	Ежедневно			
2.11	Прогулки	Ежедневно (утро, вечер)			
2.12	Оздоровительный бег	Ежедневно 10 мин.			
2.13	Физкультурный досуг	20 мин.		2 раза в месяц	
	Спортивный праздник	20 мин.		2 раза в месяц	
2.15	День здоровья	Сентябрь, январь, май		3 раза в год	
2.16	Походы, экскурсии	20 мин.	Воспитатели	1 раз в месяц	
3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ					
3.1	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	Воспитатель Муз.рук.	В течение года	
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА					
4.1	Ароматерапия «Чесночные киндеры»	Ежедневно	Воспитатель	в холодный период года	
4.2	Витаминные салаты				В течение года
4.3	Сок, фрукты			Второй завтрак,	
4.4	Санэпидрежим — жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания	Ежедневно	Медсестра, Воспитатель, Ср. восп.		
4.5	Витаминизация питья витамином С			Медсестра по	
5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА					
5.1	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето	
5.2	Воздушные и солнечные ванны				В течение года
5.3	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приёма пищи				
5.4	Умывание прохладной водой				Лето
5.5	Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна: - ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия ; - ходьба по мокрым дорожкам и ребристым дорожкам; оздоровительный бег после дневного сна; - упражнения на профилактики плоскостопия				В течение года

5.6	Профилактические упражнения для глаз	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6. ОБСЛДОВАНИЕ				
6.1	Оценка уровня развития и состояния здоровья детей	3 раза в год	Медсестра Методист Педагоги	В течение года
7. ЗОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ				
7.1	Технология Ю.Ф.Змановского «здоровый дошкольник»			
7.2	Дыхательная гимнастика по П.Н. Стельниковой			
7.3	Точечный массаж для профилактики и лечения насморка по ХА. Уманской	Ежедневно	Педагоги	В течение года
7.4	Музыкотерапия	1 раз в неделю	Муз. рук	
7.5	Психогимнастика	вновь пришедшие дети с целью коррекции	Педагоги	В период адаптации
8. ЗАКАЛИВАНИЕ				
8.1	ВОЗДУХОМ			
8.1.1	Воздушные ванны	Ежедневно	Воспитатели	После дневного
8.1.2	Босохождение			В летний период
8.1.3	Сон без маечек			В течение года
8.1.4	Прогулка			
8.2	ВОДОЙ			
8.2.1	Мытье рук и лица	Ежедневно	Воспитатели	Несколько раз в день
8.2.2	Расширенное умывание (шея, верхние части груди и предплечий)			После дневной прогулки
8.2.3	Обливание ног	в летний период		
8.2.4	Полоскание рта	Ежедневно		После каждого приема
8.2.5	Полоскание горла	Ежедневно		После второго завтрака или полдника
8.3	СОЛНЦЕМ			
8.3.1	Солнечные ванны: - местное воздействие - общее воздействие	Ежедневно	Воспитатели	Во время прогулок в холодное время года во время прогулок в тёплое время года

СТАРШАЯ ГРУППА

Задачи:

1. Способствовать накоплению знаний о факторах, влияющих на здоровье человека.
2. Формировать позитивное отношение к гигиеническим навыкам, соотносить знания детей о культуре тела и психогигиене с реальными действиями в повседневной жизни.
3. Способствовать формированию представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека.
4. Стимулировать ребенка активно включаться в процесс физического развития.

Контрастные воздушные ванны после дневного сна в старшей группе проводятся в сочетании с выполнением различных заданий на развитие воображения и элементов творчества, со словесным сопровождением для дополнительной тренировки голосового аппарата.

	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный исполнитель	Время
1. ОРГАНИЗ III РЕЖИМА				
1.1	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей	Ежедневно	Воспитатель Медсестра	В течение года
1.2	Утренний прием и гимнастика на свежем воздухе		Воспитатель	Май сентябрь
1.3	Создание комфортного режима			В течение года
1.4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом индивидуальных особенностей			
2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
2.1	Утренняя гимнастика	ежедневно 0 мин.	Воспитатель	В течение года
2.2	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	2 раза в неделю 25 мин. (1 раз в зале, 1 раз на улице)	Воспитатель	
2.3	Хореография	1 раз в неделю 20 мин.	Педагог-организатор	
2.4	Совместная музыкально-спортивная деятельность	1 раз в месяц	Муз.рук. Воспитатели	
2.5	Совместная музыкально-спортивная деятельность на открытом воздухе	2-3 раза в год	Муз.рук. Воспитатели	
2.6	Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы;	Ежедневно 2 раза в день по 10 мин.	Воспитатель муз.рук.	

	- соревнования					
2.7	Физкультминутки	Ежедневно во время организовано образовательной деятельности занятий, 5-7 мин.	Воспитатель			
2.8	Самостоятельная двигательная стельность	Ежедневно	Воспитатель			
2.9	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель			
2.10	Прогулки	Ежедневно вече				
2.11	Оздоровительный бег	ежедневно 15 мин.				
2.12	Физкультурный досуг	25 мин.		2 раза в месяц		
2.13	Спортивный праздник	25 мин.		2 раза в месяц		
2.14	Элементы спортивных игр	Ежедневно		2 раза в неделю		
2.15	День здоровья	Сентябрь, январь, май	3 раза в год			
2.16	Походы, экскурсии	20 мин.	раз в месяц			
3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ						
3.1	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	Воспитатель Муз.рук.	В течение года		
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА						
4.1	Ароматерапия «Чесночные киндеры»	Ежедневно	Воспитатель	в холодный период года		
4.2	Витаминные салаты				В течение года	
4.3	Сок, фрукты	Второй завтрак,				
4.4	Санэпидрежим — жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания	Ежедневно	Медсестра Воспитатель			
4.5	Витаминизация питья витамином с		Медсестра повар			
5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА						
5.1	Игры с водой и песком			Лето		
5.2	Воздушные и солнечные ванны					
5.3	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приема пищи				В течение года	
5.4	Умывание прохладной водой			Ежедневно	Воспитатель	Лето
5.5	Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна: - ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику по полу босиком с			Ежедневно	Воспитатель	В течение года

	элементами профилактики плоскостопия; - ходьба по мокрым дорожкам и ребристым дорожкам; оздоровительный бег после дневного сна; - упражнения на профилактику плоскостопия .			
5.6	Профилактические упражнения для глаз	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6. ОБСЛЕДОВАНИЕ				
6.1	Оценка уровня развития и состояния здоровья детей	3 раза в год	Медсестра Методист Педагоги	В течение года
6.2	Диспансеризация	Раз в год	Медсестра, Поликлиника	а
7. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ				
7.1	Технология Ю.Ф.Змановского «здоровый дошкольник»			В течение года
7.2	Дыхательная гимнастика по П.Н.Стельниковой			
7.3	Точечный массаж для профилактики и лечения насморка по А. А. Уманской			
7.4	Остеопатическая гимнастика	Ежедневно	Педагоги	
7.5	Музыкатерапия	1 раз в неделю	Муз. рук	
7.6	Психогимнастика	Вновь пришедшие дети с целью коррекции	Педагоги	В период адаптации
8. ЗАКАЛИВАНИЕ				
8.1	Воздухом			
8.1.1	Воздушные ванны	Ежедневно	Воспитатели	После дневного сна
8.1.2	Босохождение			
8.1.3	Сон без маечек			В летний период
8.1.4	Прогулка			В течение года
8.1.5	Сухое растирание махровой варежкой	Ежедневно		После дневного
8.1	водой			
8.2.1	Мытье рук и лица	Ежедневно	Воспитатели	Несколько в день
8.2.2	Расширенное умывание (шея, верхние части груди и предплечий)	В летний период		После дневной прогулки
8.2.3	Обливание ног	В летний период		
8.2.4	Полоскание рта	Ежедневно		После каждого приема пищи
8.2.5	Полоскание горла			После второго завтрака или

				полдника
8.3	<i>Солнцем</i>			
8.3.1	Солнечные ванны: - местное воздействие - общее воздействие	Ежедневно	Воспитатели	Во время прогулок в холодное время года Во время прогулок в теплое время года

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

Задачи:

1. Способствовать формированию устойчивого интереса к занятиям физкультурой и спортом через ознакомление с доступными для детей сведениями из истории развития Олимпийского движения.
2. Развивать самосознание и умственную саморегуляцию в действиях.
3. Формировать представление о том, что человек — часть природы, что природа и человек имеют внутреннюю и внешнюю гармонию.

В подготовительной группе вводится музыкальное сопровождение, что создаёт радостный эмоциональный фон. Дети выполняют движения циклично (бег, ходьба элементы аэробики) попеременно в холодном и теплом помещениях. Такие элементы имеют большое значение в поддержании интереса детей к закаляющей процедуре.

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный исполнитель	Время
1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
1.1	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлений жалоб родителей	Ежедневно	Воспитатель Медсестра	В течение
1.2	Утренний прием и гимнастика на свежем воздухе		Воспитатель	Май сентябрь
1.3	Создание комфортного режим			Воспитатель
1.4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей			
2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
2.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 12 мин.	Воспитатель	В течение года
2.2	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	2 раза в неделю 30 мин. (1 раз в зале, на лице	Воспитатель	
2.3	Хореография	1 раз в неделю 20 мин.	Педагог- организатор	
2.4	Совместная музыкально-спортивная деятельность	1 раз в месяц	Муз.рук. Воспитатели	
2.5	Совместная музыкально спортивная деятельность на открытом воздухе	2-3 раза в год	Муз.рук. Воспитатели	
2.6	Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования	Ежедневно 2 раза в день по 10мин.	Воспитатель Муз.рук.	
2.7	Физкультминутки	Ежедневно во время		

		организованно образовательной деятельности занятий, 5-7 мин.	Воспитатель	
2.8	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно		
2.9	Гимнастика после сна	Ежедневно		
2.10	Прогулки	Ежедневно (утро, вечер).		
2.11	Оздоровительный бег	Ежедневно 15-20 мин.		
2.12	Физкультурный досуг	30 мин.		2 раза в месяц
2.13	Спортивный праздник	30 мин.		2 раза в месяц
2.14	Элементы спортивных игр	Ежедневно		2 раза в неделю
2.15	День здоровья	Сентябрь, январь май		3 раза в год
2.16	Походы, экскурсии	20 мин.		1 раз в месяц
3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
3.1	Профилактика психических нарушений проявляемых в евожности	Ежедневно	Воспитатель Муз.рук.	В течение года
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА				
4.1	Аромотерапия «Чесночные киндеры»		Воспитатель	в холодный период года
4.2	Витаминные салаты			В течение года
	Санэпидрежим — жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания.	Ежедневно	Медсестра Воспитатель	
4.3	Сок, фрукты	Второй завтрак, полдник	Воспитатель	
4.4	Витаминизация питья витамином С	Ежедневно	Медсестра Повар	
5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА				
5.1	Игры с водой и песком			Лето
5.2	Воздушные солнечные ванны			В течение
5.3	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приема пищи	Ежедневно	Воспитатель	
5.4	Умывание прохладной водой			Лето
5.5	Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна: - ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия; - ходьба по мокрым дорожкам и ребристым дорожкам			В течение года

	- оздоровительный бег после дневного сна; - упражнения на профилактику плоскостопия.			
5.6	Профилактические упражнения для глаз	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
6. ОБСЛЕДОВАНИЕ				
6.1	Оценка уровня развития и состояния здоровья детей	3 раза в год	Медсестра Методист	В течение года
6.2	Диспансеризация	Раз в год	Медсестра Поликлиника	Март-
7. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ				
7.1	Технология Ю.Ф.Змановского «Здоровый дошкольник»	Ежедневно	Педагоги	В течение года
7.2	Дыхательная гимнастика по П.М.. Стрельниковой			
7.3	Точечный массаж для профилактики и лечения насморка по А.А. Уманской			
7.4	Остеопатическая гимнастика	Ежедневно	Педагоги	
7.5	Музыкатерапия	1 раз в неделю	Муз.рук.	В течение года
7.6	Психогимнастика	Вновь пришедшие дети с целью коррекции	Педагоги	В период адаптации
8.ЗАКА..ЛИВАНИЕ				
8.1	ВОЗДУХОМ			
8.1.1	Воздушные ванны	Ежедневно	Воспитатели	После дневного сна
8.1.2	Босохождение			
8.1.3	Сон без маечек			В летний период
8.1.4	Прогулка			В течение года
8.1.5	Сухое растирание махровой варежкой			После дневного сна
8.2	ВОДОЙ			
8.2.1	Мытье рук и лица	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
8.2.2	Обливание ног			В летний период
8.2.3	Расширенное умывание (шея, Верхние части груди и предплечий)			
8.2.4	Полоскание рта			В течение года
8.2.5	Полоскание горла			
8.3	солнцем			
8.3.1	Солнечные ванны: - местное воздействие - общее воздействие	Ежедневно	Воспитатели	Во время прогулок в холодное время года во время прогулок в теплое время года.