

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РЯЗАНИ  
«ДЕТСКИЙ САД № 142»**

## Комплексный план оздоровительных мероприятий на учебный год

Цель:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
2. Снижение заболеваемости детей.
3. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
4. Обеспечение физического и психического благополучия.

№ п/п	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
<b>1.</b>	<b>Обеспечение удовлетворительных санитарно-гигиенических условий</b>		
1.1.	<p>Соблюдение воздушно-теплового режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Контроль исправности ограждений на отопительных приборах.</li> <li>✓ Сквозное проветривание – допустимое снижение температуры 2 С.</li> <li>✓ Дневной сон при открытых фрамугах (избегая сквозняка, теплый период времени).</li> <li>✓ Контроль температурного режима: приемная , игровая - 20 С, спальня - 19 С, туалетная - 20 С, музыкальный и физкультурный залы – 19 С.</li> <li>✓ Одевать детей в соответствии с температурными условиями.</li> <li>✓ Обеззараживание воздуха в помещениях с помощью рециркуляторов.</li> </ul>	<p>ежедневно</p> <p>ежедневно каждые 1,5 часа не менее 10 мин. в теплое время года</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p>	<p>Заместитель заведующего по АХР</p> <p>Помощники воспитателей</p> <p>Воспитатели</p> <p>Медсестра</p> <p>Воспитатели Родители</p> <p>Воспитатели</p>
1.2.	<p>Соблюдение светового режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Обеспечение исправности осветительных приборов.</li> <li>✓ Чистка оконных стекол и осветительной арматуры и светильников.</li> </ul>	<p>ежедневно 2 раза в год август апрель</p>	<p>Заместитель заведующего по АХР, помощники воспитателей</p>
1.3.	<p>Соблюдение санитарных правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ проведение влажной уборки всех помещений с применением моющих средств;</li> <li>✓ чистка ковров пылесосом и влажной щеткой</li> <li>✓ проведение генеральной уборки всех</li> </ul>	<p>2 раза в день</p> <p>в соответствии с утв. графиком</p>	<p>Помощники воспитателей</p>

	помещений и оборудования ✓ мытье игрушек ✓ смена постельного белья	ежедневно еженедельно	Воспитатели
<b>2.</b>	<b>Рациональная организация режима дня и образовательного процесса</b>		
2.1.	Соблюдение утвержденного режима дня: ✓ в адаптационный период ✓ в теплое время года ✓ в холодное время года ✓ в каникулярный период ✓ при карантинах	постоянно	Педагоги, помощники воспитателей
2.2.	Ежедневная прогулка в соответствии с Санитарными правилами	2 раза в день	Воспитатели
2.3.	Планирование образовательной деятельности в соответствии с Санитарными правилами и образовательной программой	1 раз в год	Заместитель заведующего по ВМР
2.4.	Строгое соблюдение расписания основной образовательной деятельности	ежедневно	Воспитатели, специалисты
2.5.	Контроль за соблюдением режима дня, расписанием занятий	ежедневно	Медсестра, зам. заведующего по ВМР
2.6.	Соблюдение календарного учебного графика	В течение года	Зам.заведующего по ВМР, воспитатели, специалисты
<b>3.</b>	<b>Обеспечение достаточного уровня физической активности, проведение закаливающих процедур</b>		
3.1.	Разработка модели двигательного режима	сентябрь	Зам.заведующего по ВМР
3.2.	Использование разных видов утренней гимнастики	ежедневно	Инструктор по физ. культуре
3.3.	Проведение физкультурных минуток во время занятий	ежедневно	Воспитатели, специалисты
3.4.	Проведение оздоровительной гимнастики после сна	ежедневно	Воспитатели
3.5.	Проведение оздоровительного бега	ежедневно	Инструктор по физ. культуре, воспитатели
3.6.	Обучение детей элементам спортивных игр	в течение года	Инструктор по физ. культуре
3.7.	Организация физкультурных занятий (1 занятие на свежем воздухе)	3 раза в неделю	Инструктор по физ. культуре
3.8.	Организация физкультурных развлечений	1 раза в месяц	Инструктор по физ. культуре
3.9.	Организация физкультурно-игровой среды для двигательной активности детей в течение дня	ежедневно	Воспитатели
3.10.	Проведение различных форм активного отдыха: ✓ Недели Здоровья ✓ Спортивные праздники ✓ Экскурсии	По плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели

3.11.	Осуществление педагогического контроля за организацией физического развития	3 раза в год	Заместитель заведующего по ВМР
3.12.	Диагностика уровня физической подготовленности	2 раза в год октябрь апрель	Инструктор по физической культуре
3.13.	Реализация дифференцированной системы закаливания, предусматривающей разнообразные формы и методы с учетом возраста, индивидуальных особенностей состояния здоровья детей, времени года	ежедневно	Воспитатели
3.14.	Контроль за проведением закаливающих процедур	ежедневно	Медсестра
<b>4.</b>	<b>Рациональное питание</b>		
4.1.	Организация питания с соблюдением возрастных физиологических норм суточной потребности в основных пищевых веществах	ежедневно	Медсестра
4.2.	Строгое выполнение режима дня	ежедневно	Воспитатель
4.3.	Витаминизация 3-го блюда	ежедневно	Медсестра
4.4.	Соблюдение основных принципов рационального питания при составлении меню	ежедневно	Медсестра
4.5.	Обеспечение безопасности питания	ежедневно	Шеф-повар, зам. зав. по АХР, воспитатели, пом. воспитателей
4.6.	Соблюдение питьевого режима	ежедневно	Воспитатели, пом. воспитателей
4.7.	Формирование культурно-гигиенических навыков у детей	ежедневно	Воспитатель
4.8.	Организация питания с соблюдением возрастных физиологических норм суточной потребности в основных пищевых веществах	ежедневно	Медсестра
4.9.	Строгое выполнение режима дня	ежедневно	Воспитатель
4.10.	Контроль организации питания в группах	ежедневно	Медсестра
4.11.	Обучение детей правилам здорового питания	в течение года	Воспитатели
<b>5.</b>	<b>Предупреждение нарушений зрения и осанки</b>		
5.1.	Антропометрия	2 раза в год (сентябрь, май)	Медсестра
5.2.	Правильный подбор мебели в соответствии с ростом ребенка	2 раза в год	Заведующий, воспитатели
5.3.	Контроль за правильным использованием мебели ребенком в соответствии с его ростом	ежедневно	Воспитатели
5.4.	Соблюдение максимально допустимого времени ООД	ежедневно	Воспитатели, специалисты
5.5.	Контроль за рабочей позой ребенка	ежедневно	Воспитатели, специалисты
5.6.	Обеспечение своевременной смены статических поз	ежедневно	Воспитатели, специалисты
5.7.	Использование упражнений для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия	ежедневно	Воспитатели, инструктор по физ. культуре
5.8.	Использование упражнений для снятия	ежедневно	Воспитатели,

	напряжения в период адаптации детей		специалисты
5.9.	Выполнение оптимального двигательного режима	ежедневно	Воспитатели, специалисты
<b>6.</b>	<b>Профилактика инфекционных острых респираторных заболеваний</b>		
6.1.	Прием в детский сад вновь поступающих детей и сотрудников и их дальнейшая вакцинация в соответствии с действующими нормативными документами	постоянно	Медсестра Заведующий
6.2.	Утренний прием в группе	ежедневно	Воспитатель
6.3.	Раннее выявление и изоляция детей и сотрудников с признаками заболевания	ежедневно	Медсестра
6.4.	Своевременная организация противоэпидемических мероприятий в группе	по эпид. показаниям	Медсестра
6.5.	Прием детей после перенесенного заболевания, а также отсутствия в детском саду более 5 дней только при наличии справки от участкового врача-педиатра и отметки об эпид. благополучии адреса	ежедневно	Медсестра Воспитатели
6.6.	Осмотр детей и сотрудников на педикулез	по понедельникам	Медсестра, воспитатели
6.7.	Строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к содержанию помещений в детском саду	ежедневно	Помощники воспитателей, воспитатели
6.8.	Привитие культурно-гигиенических навыков у детей в течение дня	ежедневно	Воспитатель, помощники воспитателей
6.9.	Своевременное прохождение периодических медицинских осмотров сотрудников	по графику	Сотрудники
6.10.	Организация своевременного курсовой гигиенической переподготовки по программе гигиенического обучения	1 раз в 2 года	Медсестра
6.11.	Организация санитарно-гигиенической работы с сотрудниками	по плану ежемесячно	Медсестра
6.12.	Организация санитарно-гигиенической работы с родителями	ежемесячно	Медсестра
6.13.	Реализация программы по основам безопасности жизнедеятельности	в течение года	Воспитатели
6.14.	Профилактика ОРВИ, гриппа и ковид в соответствии с планом профилактических мероприятий	Октябрь - март	Медсестра Воспитатели
<b>7.</b>	<b>Профилактика нервно- психических отклонений</b>		
7.1.	Соблюдение рационального режима дня	ежедневно	Воспитатели
7.2.	Реализация дифференцированной системы закаливания для детей дошкольного возраста, предусматривающей разнообразные формы и методы с учетом возраста, индивидуальных особенностей состояния здоровья детей, времени года	ежедневно	Воспитатели
7.3.	Выполнение оптимального двигательного режима	ежедневно	Воспитатели, специалисты
7.4.	Использование художественной литературы	ежедневно перед сном	Воспитатель
7.5.	Обеспечение психолого-эмоционального благополучия детей путем выбора и		

	осуществления наиболее адекватных форм педагогического взаимодействия в соответствии с характерным для ребенка типом поведения и его потребностями в общении	ежедневно	Воспитатель, специалисты
7.6.	Организация учебной деятельности по объему и интенсивности адекватной возрасту детям	в течение года	Зам.заведующего по ВМР
7.7.	Использование игр, элементов релаксации и аутотренинга в течение дня	в течение года	Воспитатели
<b>8.</b>	<b>Определение школьной зрелости</b>		
8.1.	Медицинское обследование специалистами	1 раз в год	Медсестра
8.2.	Психологическая диагностика готовности детей к обучению в школе	1 раз в год	Педагог-психолог
<b>9.</b>	<b>Медико-педагогическое обеспечение адаптации детей к детскому саду</b>		
	Организация гибкого комфортного режима в адаптационный период	при поступлении и после летних каникул	Воспитатели
	Педагогическое сопровождение ребенка в период адаптации	для вновь поступивших в течение всего адаптационного периода	Воспитатели, педагог-психолог, специалисты
<b>10.</b>	<b>Гигиеническое воспитание и обучение</b>		
	Работа с детьми: в соответствии с программой по формированию ЗОЖ	в течение года	Воспитатели
	Организация своевременного курсовой гигиенической переподготовки по программе гигиенического обучения	1 раз в 2 года	Медсестра
	Организация санитарно-гигиенической работы с сотрудниками	по плану ежемесячно	Медсестра
	Организация санитарно-гигиенической работы с родителями	ежемесячно по плану	Медсестра
<b>11.</b>	<b>Мониторинг здоровья и оценка эффективности оздоровительной работы</b>		
11.1.	Медицинское обследование специалистами	1 раз в год	Медсестра
11.2.	Оценка состояния здоровья каждого ребенка	2 раза в год	Врач
11.3.	Оценка физического развития каждого ребенка	2 раза в год	Врач, медсестра, инструктор по физ. культуре
11.4.	Общая заболеваемость группы	Ежемесячно	Медсестра
11.5.	Острая заболеваемость группы	Ежемесячно	Медсестра
11.6.	Заболеваемость детей в случаях, днях на 1 ребенка	Ежемесячно	Медсестра
11.7.	Процент часто болеющих детей	Май	Медсестра, врач
11.8.	Процент детей с хроническими заболеваниями	Сентябрь, Май	Медсестра, врач
11.9.	Распределение детей по группам физического развития	2 раза в год	Медсестра, врач
11.10.	Распределение детей по группам здоровья	2 раза в год	Медсестра, врач
11.11.	Процент детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях	Май	Медсестра, врач