Годовой план

Оздоровительных мероприятий дошкольной группы на базе Ровновской ОШ.

**Цель:** Оздоровление и развитие детей, создание условий,обеспечивающих их физический и психологический комфорт.

**Задачи оздоровительной работы:**

1. Укрепление здоровья воспитанников.
2. Удовлетворение естественных потребностей движении, создание условий для демонстрации двигательных умений каждого ребѐнка.
3. Повышение работоспособности детского организма через различные формы закаливания.
4. Выполнение и привитие детям культурно-гигиенических навыков, гигиенических требований к одежде детей, ,выполнение режима дня.

# Формы и методы оздоровления детей в дошкольной группе «Солнышко» Ровновской ОШ- филиал МБОУ «Окская СШ»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п\п** | **Формы и методы** | **содержание** | **контингент детей** |
| 1 | Обеспечение здорового ритмажизни | -щадящий режим(адаптационный период);-гибкий режим;-организация микроклимата и стиля жизни группы;-учет возраста детей | группа |
| 2 | Физические уп-ражнения | -утренняя гимнастика;-физкультурно-оздоровительные занятия;-подвижные и динамичные игры;-профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия)-спортивные игры;-занятия аэробикой;-пешие прогулки. | Дети II группы здоро-вьяВсе группы Средняя группа |
| 3 | Гигиенические иводные процеду-ры | -умывание;-мытьѐрук;-игры с водой(в летний период)-обеспечение чистой среды | группа |
| 4 | Свето-воздушные ванны | * Проветривание помещений (в том числе сквозное);
* Сон приоткрытых фрамугах;

-прогулки на свежем воздухе;-обеспечение температурного режима и чистоты воздуха | группа |
| 5 | Активный отдых | -развлечения, праздники;-игры-забавы;-дни здоровья | группа |
| 6 | Диетотерапия | -рациональное питание | группа |
| 7 | Музотерапия | муз.сопровождение режимных моментов;-муз.оформление фона занятий;-хоровое пение(в том числе звуковое) |  |
| 8 | Спецзакаливание | -хождение босиком;-обширное умывание;-дорожки здоровья;-дыхательная гимнастика;-сухое обтирание после сна |  |
| 9 | Пропаганда ЗОЖ | -курс лекций и бесед; |  |

**Комплекс оздоровительных мероприятий в дошкольной группе**

Приѐм детей на улице(при температуре до-10°).

Утренняя гимнастика (с мая по сентябрь – на улице, с октября по апрель – в зале по графику).

Полоскание полости рта после обеда.

Физкультурныезанятиявзале(вносках)+динамическийчаснапрогулке1развнеделю.

Физкультминуткивовремязанятий,профилактиканарушениязрения.Чесночные«киндеры».

Фитонциды (лук, чеснок).Прогулки: дневная, вечерняя.Оптимальный двигательный режим.

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

# План мероприятий оздоровления воспитанников дошкольной группы на базе Ровновской ОШ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержаниемероприятий** | **Сроки****выполнения** | **Ответственный за****выполнение** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |  | **5** |  | **6** |
| **Работа с детьми:**общие методы | 1 | Утренний прием на свежем воздухе | Май-сентябрь | Воспитатели  |
| 2 | Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ниже15градусов) | В течение года | Воспитатели  |
| 3 | Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе  | Май-сентябрь  | Воспитатели  |
| 4 | Облегчѐнная одежда детей в группах | В течение года | Воспитатели  |
| 5 | Проветривание помещений групп во время отсутствия детей | В течение года | Воспитатели  |
| 6 | Умывание детей с постоянным понижением температуры воды от 28 градусовдо 22 градусов | В течение года | Воспитатели  |
| 8 | Кварцевание спальных и игровых помещений ,туалетных комнат | В течение года | Воспитатели  |
| 9 | Контроль за физическим воспитанием. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия. | В течение года | медсестра |
| 10 | Контроль за температурнымрежимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах ,за световым режимом | В течение года | медсестравоспитатели |
| 11 | Солнечные ванны | Май-август | воспитатели |
| 12 | Ароматерапия(чеснок,лук) | Октябрь - декабрь,январь -март | Ароматерапия(чеснок,лук) |
| 13 | * вакцинопрофилактика
 | Период повышенной заболеваемости(октябрь-декабрь) Подготовительный период кгриппу | медсестра, родители |
| 14 | Усиление санэпидрежима | Октябрь - декабрь,январь -март | медсестрапитатели |
| 15 | Диспансеризация | Апрель-май | Старшаямедсестра |
| 16 | Осмотр детей на педикулез и гриб-ковые заболевания | В течение года | Старшаямедсестра |
| 17 | Обследование на энтеробиоз | август | Старшаямедсестра |
| 18 | Работа с детьми диспансерной группы | В течение года | Старшаямедсестра |
| 19 | Профилактические прививки | В течение года | медсестра |
| **Работа скадрами** | 1  | 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 притравмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложныхсостояниях | 2раза в месяц 2раза в месяц1развмесяц | Зав.филиалом,медсестра |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2 | Консультация для технического персонала:* воздушный режим и его значение для здоровья детей,
* воспитание культурно-

гигиенических навыков | ОктябрьНоябрь | Заведующий филиалом |
| 3 | Контроль за медосмотром сотрудников | 1раз в полгода | Старшаямедсестра |
| **Работа с родителями** | 1 | Оформление информационных стедов:* инфекционные заболевания;
* лечение без лекарств;
* физическое воспитание малышей
 | В течение года | воспитатели |
| 2 | Родительские собрани я на тему:«Здоровый ребѐнок» | Апрель | Зав.филиалом, воспитатели |
| 3 | Беседы с родителями на темы:* как уберечь ребѐнка от вирусного заболевания;
* повышение защитных функций организма;
* как предупредитьтравматизмуре-бѐнка;
* профилактика энтеробиоза;
* другие по необходимости
 | В течение года | воспитатель |