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 ритма  жизни | -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-вья  Все 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 температурным  режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах ,за световым режимом | В течение года | | медсестра  воспитатели | |
| 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 к  гриппу | | медсестра, родители | |
| 1  4 | Усиление санэпидрежима | Октябрь - декабрь,январь -март | | медсестрапитатели | |
| 15 | Диспансеризация | Апрель-май | | Старшая  медсестра | |
| 16 | Осмотр детей на педикулез и гриб-ковые заболевания | В течение года | | Старшая  медсестра | |
| 17 | Обследование на энтеробиоз | август | | Старшая  медсестра | |
| 18 | Работа с детьми диспансерной группы | В течение года | | Старшая  медсестра | |
| 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 при  травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложных  состояниях | 2раза в месяц 2  раза в месяц  1развмесяц | | 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 | Старшая  медсестра |
| **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 |