

Утвержден
решением педсовета № 1
от 31. 08. 2023 г.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ д/с №69
«Уникум» г.Ставрополя
Криволапова Л.В.
Приказ №154 - ОД от 31.08.23 г

**Перспективный план работы по здоровьесбережению в МБДОУ д/с№ 69 «Уникум»
г.Ставрополя**

на 2023-2024 учебный год.

Задачи: продолжать укреплять здоровье детей посредством занятий по физической культурой с использованием здоровьесберегающих технологий, проводить санитарно-гигиенические, профилактические и оздоровительные мероприятия, направленные на профилактику заболеваемости, травматизма, пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, соблюдение правил Сан Пин.

№ п/п	Содержание работы	Участники процесса	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок исполнения
1.	Работа с детьми по направлению «Технологии здоровьесбережения в ДОУ»				
1.1.	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	все группы	ежедневно	Заведующий, заместитель заведующего по УВР, педагог-психолог, медсестра	в течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей	все группы	ежедневно	Заведующий, заместитель заведующего по УВР, педагог-психолог, медсестра	в течение года
1.2.	Организация двигательного режима				
	Утренняя гимнастика	все группы	Ежедневно 10 минут	воспитатели	в течение года
	Физкультурные занятия	все группы	3 раза в неделю	воспитатель по физической культуре	в течение года
	Музыкальные занятия	все группы	2 раза в неделю	музыкальный руководитель	в течение года
	Прогулки с включением подвижных	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года

	игровых упражнений				
	Физминутки	все группы	на интеллект. занятиях	воспитатели	в течение года
Спортивные праздники и развлечения					
	Физкультурный досуг «Вместе весело шагать»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	сентябрь
	Физкультурный досуг «В гостях у осени»»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	октябрь
	Физкультурный досуг «По тропинке здоровья»	Ранний возраст	По плану	воспитатель по физической культуре	ноябрь
	Физкультурный досуг «В гости к Мишке»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	декабрь
	Физкультурный досуг «Елочка- красавица деткам очень нравится»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	январь
	Физкультурный досуг «Мы- силачи»	Ранний возраст	По плану	воспитатель по физической культуре,	февраль
	Физкультурный досуг « Весна- красна»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	март
	Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч»	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре, музрук, родители	апрель
	Физкультурный досуг «Веселые котятки».	Ранний возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	май
	Физкультурный досуг «Веселые зверята»	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	сентябрь
	Физкультурный праздник «путешествие в цирк ».	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	октябрь
	Физкультурный досуг «Мы- пожарные».	Младший и средний дошкольный возраст	По плану	воспитатель по физической культуре	ноябрь

Физкультурный досуг «Новогодний переполох».	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	декабрь
Физкультурный досуг «К нам пришла Зимушка-Зима»	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	январь
Физкультурный праздник «Богатырский турнир ».	Младший и средний дошкольный возраст	По плану	воспитатель по физической культуре,	февраль
Физкультурный досуг «Здравствуй, солнышко лучистое».	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	март
Физкультурный досуг «Сокровища солнца ».	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре, музрук, родители	апрель
Физкультурный досуг «Волшебные превращения»	Младший и средний дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	май
Физкультурный праздник «Веселые старты »	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	сентябрь
Физкультурный досуг «Осенние забавы».	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	октябрь
Физкультурный досуг «Путешествие с Незнайкой».	Старший дошкольный возраст	По плану	воспитатель по физической культуре	ноябрь
Физкультурный досуг «В гостях у Снеговика».	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	декабрь
Физкультурный досуг «Зима пришла, выходи, детвора»	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	январь
Физкультурный праздник, посвящённый Дню защитника	Старший дошкольный возраст	По плану	воспитатель по физической культуре,	февраль

	Отечества «В единстве наша сила»				
	Физкультурный досуг «Встреча весны ».	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	март
	Физкультурный досуг «Космическое путешествие»	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре, музрук, родители	апрель
	Физкультурный досуг «Ярмарка игр»	Старший дошкольный возраст	по плану	воспитатель по физической культуре	май
1.3. Охрана психического здоровья					
	Мониторинг психолога	Все группы		психолог	в течение года
	Занятия с психологом	все группы	ежедневно	психолог	в течение года
	Использование приёмов релаксации в группе: минуты тишины, уголки уединения, музыкальные паузы, психогимнастика	все группы	ежедневно несколько раз в день	Педагог- психолог, воспитатели	в течение года
1.4. Профилактика заболеваемости					
	Гимнастика для глаз	все группы	во время занятий на физминутках	воспитатели	в течение года
	Гимнастика для коррекции осанки	все группы	во время занятий на физминутках	воспитатели	в течение года
	Самомассаж биологически-активных точек	все группы	на физ занятиях, гимнастика после сна	воспитатель по физической культуре, контроль медсестры	в течение года
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	все группы	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после дневного сна, на	воспитатель по физической культуре, воспитатели, контроль медсестры	в течение года

			физкультурны х занятиях		
	Минуты хорового пения	все группы	на музыкальных занятиях, в совместной деятельности воспитателей с детьми	муз. руководитель, воспитатели	в течение года
	Профилактика гриппа (прививки)	все группы с согласия родителей	1 раз в год	медсестра	октябрь-ноябрь
	Работа рециркулятора	все группы	Ежедневно в присутствии детей	медсестра, воспитатели	Постоянно в течение года
	Проведение комплекса санитарно-гигиенических мероприятий, направленных на профилактику инфекционных заболеваний	Все группы	ежедневно	медсестра, воспитатели	в течение года
	Беседы по ОБЖ	все группы	1 раз в день	воспитатели	в течение года
1.5.	Оздоровление фитонцидами				
	Употребление в пищу фитонцидосодержащих продуктов: лук, чеснок, лимоны	все группы	обед	воспитатели, помощники воспитателей	с октября по апрель
	Чесночные бусы для детей, соблюдение режима проветривания	все группы	в течение дня, ежедневно	воспитатели	с октября по апрель
1.6.	Закаливание с учётом состояния здоровья ребёнка				
	Воздушные ванны (облегчённая одежда, одежда соответствует сезону года)	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года
	Прогулки на свежем воздухе. Максимальное нахождение детей	все группы	ежедневно	воспитатели	в течение года

	на воздухе при соблюдении всех условий				
	Закаливание: босохождение по коррегирующим дорожкам	Все группы	ежедневно после дневного сна	воспитатели	в течение года
	Умывание прохладной водой	все группы	ежедневно	воспитатели	июнь – август
	Обливание ног	все группы	после 1 прогулки	воспитатели, пом. воспитателей	июнь – август
	Игры с водой	все группы	на прогулке, на занятии	воспитатели, воспитатель по физической культуре	июнь – август
1.7.	Лечебно-оздоровительная работа				
	Фруктово-ягодные соки, фрукты	все группы	2-ой завтрак	Повара, помощники воспитат., медсестра	в течение года
	Витаминация третьего блюда	все группы	ежедневно	Повара, медсестра	в течение года
2.	Работа с родителями по направлению «Технологии здоровьесбережения в ДОУ»				
2.1.	Консультационно – просветительская работа:				
Консультации					
1.	«Какие добавить витамины в питание ребенка осенью».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	сентябрь
2.	«Воспитание у детей дошкольного возраста здорового образа жизни».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	октябрь
3.	«Заботимся о здоровье ребенка».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	ноябрь
4.	«Значение витаминов в рационе ребёнка».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	Декабрь
5.	«О правильном питании».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	Январь
6.	«Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	Февраль
7.	«Роль семьи в физическом воспитании ребенка».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	Март

8.	«Формирование у детей привычек здорового образа жизни».	все группы	По плану	воспитатель по физической культуре	Апрель
9.	«Бережем здоровье детей вместе».	все группы	по плану	воспитатель по физической культуре	Май

Работа клуба «К здоровой семье через детский сад»:
«Советы родителям по физическому воспитанию детей»
«Совместные занятия спортом детей и родителей»
«Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья»

3.	Работа с кадрами				
	Педагогический совет: «Совершенствование единого педагогического пространства семьи и ДОУ по укреплению здоровья и формированию основ безопасности жизнедеятельности».			Заместитель заведующего по УВР	Апрель
	Проведение инструктажей по охране жизни и здоровья детей		По плану	Заместитель заведующего по УВР	Ежемесячно
	Консультации по вопросам физкультурно-оздоровительной работы		По плану	Воспитатель по физико	ежемесячно