**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Белосельская средняя школа**

**(дошкольная группа)**

УТВЕРЖДЕН

приказом директора МБОУ Белосельской СШ

№31 от 01.09.2022

**План мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников**

**на 2022-2023 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Срок исполнения** | **Ответственный исполнитель** |
|  | **Оптимизация режима** | | |
| **1** | Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утвержденного режима на теплый и холодный период времени года | ежедневно | воспитатели |
| **2** | Организация прогулок: первую половину дня и вторую половину дня не менее 3-х часов | ежедневно | воспитатели |
| **3** | Организация дневного сна согласно, установленного режима | ежедневно | воспитатели |
| **4** | Организация ОД в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине ОД | ежедневно | воспитатели |
| **5** | Организация четырёхразового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, полдник | ежедневно | воспитатели |
|  | **Нормативно-правовое и информационно-методическое обеспечение** | | |
| **1** | Размещение информации по  здоровьесбережению в группе ВК | Систематически | воспитатели |
| **2** | Проведение планового инструктажа по  охране жизни и здоровья с детьми. | Октябрь, апрель | воспитатели |
| **3** | Проведение тренировочных занятий с  детьми и работниками по эвакуации из  детского сада на случай возникновения пожара и других чрезвычайных  ситуаций. | систематически | воспитатели |
|  | **Физкультурно-оздоровительная профилактическая работа** | | |
| **1** | Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал, 1 раз-на открытом воздухе (старший дошкольный возраст) | По плану | воспитатели |
| **2** | Организация утренней гимнастики. Холодный период года – в здании. Тёплый период года -улица | ежедневно | воспитатели |
| **3** | Организация подвижных игр, спортивных упражнений, эстафет, соревнований , оздоровительного бега в группах и на прогулке | ежедневно | воспитатели |
| **4** | Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна | ежедневно | воспитатели |
| **5** | Организация водных процедур (гигиеническое умывание, мытье рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения). Хождение по тропинкам здоровья –теплый период года | ежедневно | воспитатели |
| **6** | Ходьба босиком. Ходьба по массажным коврикам с целью закаливания и профилактики плоскостопия | ежедневно | воспитатели |
| **7** | Осмотр детей узкими специалистами (детский педиатр, ЛОР, окулист) | Согласно плану ГУЗ ЯО  Пошехонская ЦРБ | Ответственное лицо ГУЗ ЯО  Пошехонская ЦРБ |
| **8** | Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок | Согласно плану ГУЗ ЯО  Пошехонская ЦРБ | Ответственное лицо ГУЗ ЯО  Пошехонская ЦРБ |
| **9** | Организация проведения профилактических мер против гриппа, коронавируса и вирусных заболеваний:  -систематическое проветривание,  -влажная уборка  -обеззараживание воздуха с  использованием рециркуляторав  группе. | ежедневно | воспитатели, мл.воспитатель |
| **10** | Проведение Дней здоровья.  - «Правила знаю - вирус побеждаю» (в рамках дня здоровья «Cтоп Сovid»)  - квест – игра «Секреты здоровья» | декабрь    апрель | воспитатели |
| **11** | Проведение развлечений:  -«Королева – зубная щетка»  -« Путешествие в страну здоровья» | январь  март | воспитатели  воспитатели |
| **11** | Организация бесед с детьми по здоровью:  «Где найти витамины»  -«Чистота и здоровье»,  -«Личная гигиена»  -«Зачем делать прививки*»*  -«Мы стремимся иметь здоровые глаза» | По плану | воспитатели |
| **12** | Проект «Правильное питание –залог здоровья» | апрель | воспитатели |
|  | **Работа с родителями** | | |
| **1** | Выставка семейных фотографий «Правила знаю – Вирус побеждаю» | декабрь | воспитатели |
| **2** | Наглядный материал на стенде «Советы Айболита»:  -«Правильное питание ребенка»  - «Советы доктора Айболита при простуде»  - «Овощи и фрукты полезные продукты»  - «Игры для здоровья»  -«Прогулки на свежем воздухе»  - «Следим за зрением и правильной осанкой». | по плану | воспитатели |
| **3** | Стенгазета «Мама, папа, я –спортивная семья» | апрель | воспитатели |
| **4** | Методические рекомендации «Причина формирования неправильной осанки» | январь | воспитатели |
| **5** | Папка-передвижка:  - «Азбука безопасности»  - «Новый год: азбука безопасности»  - Осторожно коронавирус» | сентябрь  декабрь  февраль | воспитатели |
| **6** | Консультации  -«Как в осеннее ненастье сохранять здоровье наших детей»;  - «Будем вместе мы играть и здоровье укреплять»;  - «Питание ребенка и его здоровье»; | октябрь  январь  май | воспитатели |