**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 поздоровьесбережению в группе ВК | Систематически | воспитатели |
| **2** | Проведение планового инструктажа поохране жизни и здоровья с детьми. | Октябрь, апрель | воспитатели |
| **3** | Проведение тренировочных занятий сдетьми и работниками по эвакуации издетского сада на случай возникновения пожара и других чрезвычайныхситуаций. | 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 ЯОПошехонская ЦРБ | Ответственное лицо ГУЗ ЯОПошехонская ЦРБ |
| **8** | Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок | Согласно плану ГУЗ ЯОПошехонская ЦРБ | Ответственное лицо ГУЗ ЯОПошехонская ЦРБ |
| **9** | Организация проведения профилактических мер против гриппа, коронавируса и вирусных заболеваний:-систематическое проветривание,-влажная уборка-обеззараживание воздуха сиспользованием рециркуляторавгруппе. | 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» | январьмарт | воспитателивоспитатели |
| **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» | сентябрьдекабрьфевраль | воспитатели |
| **6** | Консультации -«Как в осеннее ненастье сохранять здоровье наших детей»;- «Будем вместе мы играть и здоровье укреплять»;- «Питание ребенка и его здоровье»; | октябрьянварьмай | воспитатели |