

**План профилактической и оздоровительной работы в  
 МБДОУ № 14 на 2024-2025 учебный год**

**Цель:** создание оптимальных условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей, снижения детской заболеваемости; повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ; становление ценностей здорового образа жизни, формирование навыков и потребности здорового образа жизни воспитанников.

№ п/п	Содержание и формы работы	Срок исполнения	Ответственные	Контроль выполнения
1	2	3	4	5
<b>1.</b>	<b>Организация режима жизнедеятельности</b>			
1.1.	Режим дня по возрастным группам	ежедневно	воспитатели групп	
1.2.	Щадящий режим дня	адаптационный период, после болезни; период полярной ночи.	воспитатели групп	
1.3.	Поддержание оптимальной учебной нагрузки с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.	ежедневно	ст. воспитатель, медицинская сестра воспитатели групп	
1.4.	Организация двигательного режима	ежедневно	воспитатели групп	
1.5.	Оздоровительные каникулы	2 раза в год	педагогические работники	
<b>11.</b>	<b>Система медико-профилактических мероприятий</b>			
2.1.	Плановое медицинское обследование детей, профилактические осмотры (лабораторные исследования, антропометрия, определение групп здоровья, узкие специалисты)	в течение года по плану	медсестра	
2.2.	Оформление листов здоровья	сентябрь	медсестра	
2.3.	Аналитические отчеты по заболеваемости	1 раз в квартал	медсестра, воспитатели	
2.4.	Иммунопрофилактика социально значимых инфекций	согласно календарю прививок	медсестра	
2.5.	Подготовка и выпуск санбюллетеней, информационных листов для родителей	1 раз в квартал	медсестра	
2.6.	Кварцевание, облучение бактерицидными лампами групповых помещений	ежедневно	воспитатели	
2.7.	Фитотерапия (чесночные бусы)	эпидпериод	медсестра	
2.8.	Оздоровительные мероприятия в полярную ночь: увеличение продолжительности дневного сна, увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе, зимние каникулы	декабрь-март	педагогические работники	
2.9.	Корректирующие упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия	ежедневно	воспитатели групп	

<b>111. Система рационального питания</b>				
3.1.	Организация сбалансированного питания	постоянно	заведующий, медсестра	
3.2.	Организация питания детей на основе десятидневного меню	постоянно	медсестра	
3.3.	Организация работы бракеражной комиссии	постоянно	председатель комиссии	
3.4.	Формирование у детей культурно гигиенических навыков и навыков самообслуживания при приеме пищи в соответствии с возрастом, сервировка стола	постоянно	воспитатели, младшие воспитатели	
3.5.	С-витаминизация третьего блюда	ежедневно	медсестра	
3.6.	Дифференцированное питание в соответствии с соматической патологией.	ежедневно (по медицинским показаниям)	медсестра	
<b>IV. Система физкультурно-оздоровительных и здоровьесберегающих мероприятий</b>				
4.1.	Мониторинг физического развития	сентябрь, май	воспитатели, медсестра	
4.2.	Разработка и реализация рекомендаций по физическому развитию детей	в течение года	воспитатели, медсестра	
4.3.	<b><i>Здоровьесберегающие технологии формирования навыков ЗОЖ</i></b>			
4.3.1.	Занятия по физическому развитию (2 занятия в зале, третье занятие на свежем воздухе)	согласно расписанию занятий	воспитатели	
4.3.2.	Утренняя гимнастика	ежедневно	воспитатели	
4.3.3.	Оздоровительный комплекс после дневного сна: гимнастика пробуждения в сочетании с закаливающими и оздоровительными процедурами (самомассаж, ходьба по дорожкам здоровья)	ежедневно	воспитатели	
4.3.4.	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно	воспитатели	
4.3.5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей, в том числе с использованием оборудования физкультурного уголка	ежедневно	воспитатели	
4.3.6.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: физминутки, гимнастика для глаз, дыхательная, артикуляционная, пальчиковая гимнастика	ежедневно	педагогические работники	
4.3.7.	Проведение Дней здоровья	1 раз в квартал	воспитатели	
4.3.8.	Физкультурные досуги	еженедельно	воспитатели	
4.3.9.	Физкультурные праздники	4 раза в год	воспитатели	
4.3.10.	Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей в соответствии с требованиями программы.	ежедневно	воспитатели	
4.3.11.	Занятия по формированию ЗОЖ и ОБЖ	1 раз в месяц	воспитатели	
4.3.12.	Проведение валеологических бесед на занятиях и в режимных моментах	ежедневно	педагогические работники	
4.3.13.	Развлечения по формированию ЗОЖ	1 раз в квартал	воспитатели	
4.3.14.	Малый туризм	2 раза в год	воспитатели	

4.3.15.	Уроки Здоровья	1 раз в месяц	воспитатели	
<b>4.4.</b>	<b><i>Здоровьесберегающие технологии закаливания</i></b>			
4.4.1.	Создание оптимального микроклимата в групповом помещении (температура, влажность, проветривание)	все группы ежедневно	воспитатели, мл. воспитатели	
4.4.2.	Утренний приём и гимнастика на свежем воздухе	все группы ежедневно в летний период	воспитатели	
4.4.3.	Воздушные ванны (на утренней гимнастике, на физкультурных занятиях, после сна)	все группы ежедневно	воспитатели	
4.4.4.	Солнечно-воздушные ванны	все группы ежедневно в летний период	воспитатели	
4.4.5.	Сон без маек	все группы ежедневно	воспитатели	
4.4.6.	Прогулки на воздухе	все группы ежедневно	воспитатели	
4.4.7.	Физкультурные занятия на воздухе	1 раз в неделю	воспитатели	
4.4.8.	Босохождение (на утренней гимнастике, на физкультурных занятиях, после сна)	все группы ежедневно	воспитатели	
4.4.9.	Игры с песком и водой на прогулке	ежедневно в летний период	воспитатели	
4.4.10	Дорожки здоровья	все группы ежедневно	воспитатели	
<b>4.5.</b>	<b><i>Здоровьесберегающие коррекционные технологии</i></b>			
4.5.1.	Артикуляционная гимнастика	все группы ежедневно 4-5 раз	воспитатели, учитель-логопед	
4.5.2.	Пальчиковая гимнастика	все группы ежедневно	воспитатели,	
4.5.3.	Гимнастика для глаз	все группы ежедневно	воспитатели	
4.5.4.	Самомассаж (элементы)	все группы ежедневно	воспитатели	
4.5.5.	Фоно- и логоритмика	все группы ежедневно	учитель-логопед	
4.5.6.	Кинезиологические упражнения	все группы ежедневно	педагогические работники	
4.5.7.	Музыкотерапия (музыкальное сопровождение занятий, музыкальные паузы)	все группы ежедневно	педагогические работники	
4.5.9.	Песочная терапия	1 раз в неделю	педагог-психолог	
<b>V.</b>	<b><i>Обеспечение комфортной пространственной и психологической среды</i></b>			
5.1.	Создание и совершенствование развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с ФГОС	в течение года	заведующий, начальник хозотдела, педагогические работники	
5.2.	Создание в группах условий для самостоятельной деятельности по инициативе и интересам детей	постоянно	воспитатели	

5.3.	Мониторинг и психологическое сопровождение эмоционально-волевого развития детей	в течение года	педагог-психолог	
5.4.	Разработка и реализация рекомендаций по поддержке благоприятной психологической среды в группе	в течение года	педагог-психолог	
5.5.	Оптимальное распределение нагрузки и активного отдыха детей (гибкий график групповых и индивидуальных занятий, каникулы, физминутки)	в течение года	педагогические работники	
5.6.	Использование в образовательном процессе психотерапевтических методик (релаксация, психогимнастика, игры с водой и песком, активизирующее общение и др.)	в течение года	педагогические работники	
5.7.	Функционирование уголков уединения в группах	постоянно	воспитатели	
<b>VI.</b>	<b>Система работы по обеспечению охраны труда и безопасности жизнедеятельности детей и сотрудников</b>			
6.1.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (своевременный ремонт мебели и оборудования)	постоянно	начальник хозотдела	
6.2.	Соблюдение условий безопасности на рабочем месте	постоянно	все сотрудники	
6.3.	Организация и функционирование уголков ОБЖ в группах	постоянно	воспитатели	
6.4.	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма	постоянно	воспитатели	