

**План оздоровительно-профилактических
Мероприятий МБДОУ ЦРР - ДС ст. Северской МО
Северский район**

на 2020-2021 г.

№ Мероприятие	Адресность/ форма проведения	Время проведения	Ответственный	
Мониторинг физического состояния воспитанников				
1	Обследование состояния здоровья и физического развития детей	дети всех групп	сентябрь, апрель	медицинская сестра
1.1	Адаптация вновь прибывших детей	Младшие группы	Ежедневно (сентябрь, октябрь)	воспитатели, младшие воспитатели, медицинская сестра
2	Закаливающие мероприятия			
2.1	Рациональный режим дня: Проветривание помещений, в том числе сквозное	по графику	ежедневно	воспитатели, младшие воспитатели
2.2	Рациональный тепловой режим: Контроль за соответствием детской одежды сезону	дети всех групп	ежедневно	воспитатели
2.3	Дневной сон при открытых фрамугах	дети всех групп	ежедневно в теплую погоду	воспитатели
2.4	прием детей и утренняя гимнастика на свежем воздухе	дети всех групп	ежедневно, (в теплое время года - весна, лето, осень)	воспитатели
2.5	Проведение ежедневных гигиенических процедур:			
2.5.1	умывание прохладной водой; мытьё рук до локтя	дети всех групп	ежедневно	воспитатели
2.5.2	воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями	дети всех групп	весна, лето	воспитатели, инструктор по физическому воспитанию
2.5.3	закаливание солнцем	Индивидуально, по показаниям	в теплое время года	воспитатели, медицинская сестра
2.5.4	закаливание водой, воздухом мытьё ног до колена прохладной водой	Индивидуально, по показаниям	в теплое время года	воспитатели, медицинская сестра

3	оздоровительные процедуры после дневного сна			
3.1	гимнастика пробуждения	дети всех групп по мере пробуждения	ежедневно	воспитатели
3.2	массаж лица (лоб, кожа под глазами в проекции ВЧП, крылья носа, заушные области).	дети всех групп	ежедневно	воспитатели
3.3	ходьба по дорожкам здоровья	дети всех групп поточно	ежедневно	воспитатели
4	профилактика вирусных инфекций и иммуносберегающие мероприятия			
4.1	применение фитонцидов (лук, чеснок)	дети всех групп	в холодное время года	медицинская сестра
4.2	полоскание горла прохладной водой	дети всех групп	ежедневно	воспитатели
4.3	точечный массаж	дети всех групп	ежедневно	воспитатели
4.4	витамиотерапия (С-витаминация компота и киселя)	дети всех групп	постоянно	медицинская сестра
4.5	Обработка групповых помещений бактерицидными лампами		ежедневно	медицинская сестра, младшие воспитатели
5	проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий (с нагрузкой по группам здоровья)			
5.1	дни здоровья, спортивные праздники, оздоровительные досуги	дети всех групп	1 раз в месяц	воспитатель, инструктор по физическому воспитанию, воспитатели
5.2	игры-эстафеты, малоподвижные, подвижные игры	дети всех групп	2 раза в месяц	воспитатель, инструктор по физическому воспитанию, музыкальный работник
5.3	спортивные игры, игровые тренировки	дети всех групп	ежедневно	инструктор по физическому воспитанию
6	развитие эмоционально-волевой сферы воспитанников, снижение психического напряжения детей			
6.1	применение элементов психогимнастики (по методике М.И. Чистяковой)	дети всех групп	2 раз в неделю	инструктор по физическому воспитанию, воспитатель

6.2	Проведение артикуляционной гимнастики	индивидуально и по подгруппам	ежедневно	логопед, воспитатель
6.3	проведение дыхательной, зрительной, мимической, пальчиковой гимнастики, логоритмики.	дети всех групп, по подгруппам и индивидуально	ежедневно	психолог, воспитатели
7	взаимодействие с родителями в группах, на родительских собраниях по следующим темам			
7.1	«Период адаптации»	консультации	сентябрь	Воспитатели, медицинская сестра
7.2	«Формирование у детей навыков личной гигиены»	консультации	ежедневно	воспитатели
7.3	«Профилактика и предупреждение глистных заболеваний»	беседы	Октябрь	медицинская сестра
7.4	«Профилактика и предупреждение кишечных заболеваний»	беседы	Сентябрь, май	медицинская сестра
7.5	«Ветряная оспа»	беседы	Декабрь, январь	медицинская сестра
7.6	«Закаливающие мероприятия»	памятки	Декабрь	медицинская сестра
7.7	«Профилактика ОРВИ, гриппа»	Беседы, памятки	Ноябрь, март	медицинская сестра
7.8	«Неотложная помощь при ранах, ссадинах, ушибах, переломах»	беседы	Февраль, май	медицинская сестра
7.9	«Питание дошкольника в ДОУ, », «Особенности питания у детей склонных к аллергии»	консультации и раздача брошюр с информацией	сентябрь, апрель	медицинская сестра
7.10	«Витамины и их значение»	консультации и раздача брошюр с информацией	октябрь	медицинская сестра