



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ
«Ойский детский сад»
Т. В. Кучинская

**План работы по оздоровлению детей
в МБДОУ «Ойский детский сад»
2023 – 2024 учебный год.**

Цель: формирование начальных представлений о ЗОЖ.

Задачи:

1. Создать оптимальные условия для организации эффективного оздоровления дошкольников.
2. Предоставить информацию для родителей о процессе оздоровления детей дома и в детском саду.
3. Повысить педагогическую компетентность педагогов в вопросе оздоровления дошкольников.

Содержание	Период	Ответственные
Оптимизация режима		
Организация жизни детей в адаптивный период, создание комфортного режима.	Ежедневно	Заведующая, воспитатели, мед. сестра.
Охрана психического здоровья		
Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, игры забавы.	Ежедневно несколько раз в день	Педагоги
Профилактика заболеваемости		
Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Педагоги
Профилактика гриппа с согласия родителей	Однократно в осенний период	Медсестра
Оздоровление фитонцидами		
Чесочно – луковые закуски	Во время обеда	
Ароматизация помещений (чесночные медальоны)	В течение дня ежедневно	Воспитатели, помощники
Закаливание с учетом состояния здоровья детей		
Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели
Прогулки на воздухе	Ежедневно	Воспитатель
Хождение босиком по траве (летний Период)	Ежедневно	Воспитатель
Хождение босиком по «дорожке здоровья	Ежедневно	Воспитатель
Обширное умывание	Ежедневно после дневного сна	Воспитатель
Игры с водой (летний период)	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели
Витаминотерапия		
Поливитамины	Регулярно	Медсестра
Витаминизация третьего блюда	Регулярно	Медсестра
Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей		

Мониторинг состояния здоровья воспитанников - диспансеризация.	1 раз в год	Медицинская комиссия
Диагностика физической подготовленности	2 раза в год	Воспитатели, инструктор по Физической культуре
Работа с детьми		
Неделя здоровья. Общий праздник «День здоровья»	Сентябрь – Октябрь	Физ. инструктор
Спортивное развлечение «Здоровые малыши»	Сентябрь	I группа раннего возраста
Спортивное развлечение «Кто быстрее»	Сентябрь	Младшая группа

Игра-занятие «Выше, быстрее, сильнее»	Октябрь	Воспитатели средней группы
Развлечение «Звонкий мяч»	Ноябрь	Разновозрастная группа
Неделя здоровья. Общий праздник «Надо, надо закаляться»	Январь	Все группы
Спортивное развлечение «Зимние радости»	Февраль	Младшая группа
Спортивный праздник «Вместе с папой я герой»	Февраль	Разновозрастная группа
Физкультурное развлечение «Бравые мальчишки»	Февраль	Средняя группа
Развлечение «Ловкий мяч»	Май	Разновозрастная группа
Спортивное развлечение «Смелые ребята»	Май	Средняя группа
Спортивное развлечение «У медвежонка в гостях»	Май	I группа раннего возраста
Взаимодействие с родителями Наглядный материал «Всё о развитии детской речи»	Сентябрь	Разновозрастная группа
Консультация «Играйте вместе с детьми»	Сентябрь	Младшая группа
Беседа «Я сам! (кризис трех лет)»	Сентябрь	Младшая группа
Беседы «Как правильно одевать ребёнка в детский сад», «Адаптация ребёнка к детскому саду», «Как приучить ребёнка к горшку» «Профилактика ОРВ в период адаптации».	Сентябрь	Группа раннего возраста
Консультация - «Как научить ребенка правильно держать ложку, карандаш».	Октябрь	Группа раннего возраста
Консультация «Как организовать процесс оздоровления»	Октябрь	Средняя группа
Памятка «Здоровый сон ребенка раннего возраста»	Октябрь	Группа раннего возраста

Наглядный материал «Гигиенические требования к одежде и обуви»	Октябрь	Младшая группа
Наглядный материал «Учим ребёнка общаться».	Октябрь	Средняя группа
Памятка «Физкульт - ура! Ура! Ура!»	Октябрь	Разновозрастная группа
Индивидуальные беседы с родителями о необходимости проводить вакцинацию против гриппа.	Октябрь	Разновозрастная группа
Консультация «Особенности эмоционального состояния ребёнка 2-3 лет».	Ноябрь	Группа раннего возраста
Наглядный материал «Игры и упражнения по развитию мелкой моторики рук» «Гигиена одежды вашего ребёнка», «Профилактика ОРВ и гриппа».	Ноябрь	Младшая группа
«Капризы ребёнка. Что делать в таких ситуациях?»	Ноябрь	Средняя группа
Консультация «Капризы, упрямство и способы их преодоления»	Ноябрь	Младшая группа
Наглядный материал «Закаливание детей»	Ноябрь	Средняя группа
Консультация «Красивая осанка-залог здоровья».	Ноябрь	Средняя группа
Консультация «Одежда детей в группе».	Ноябрь	Разновозрастная группа
Беседа «Не переучивай левшу»	Ноябрь	Разновозрастная группа
Беседа «Спортивная обувь для занятий физкультурой»	Ноябрь	Разновозрастная группа
Наглядный материал «Развитие культурно-гигиенических и трудовых навыков у детей 2-3 года жизни»	Декабрь	Группа раннего возраста
Консультация «Грипп. Меры профилактики. Симптомы данного заболевания».	Декабрь	Разновозрастная группа
Консультация «Роль взрослых в развитии речи ребёнка», «Сенсорный мир ребёнка».	Январь	Группа раннего возраста
Памятка «Профилактика простудных заболеваний».	Январь	Все группы
Консультация «Особенности речевого развития детей младшего дошкольного возраста»	Январь	Младшая группа
Беседа «Закаливание — одна из форм профилактики простудных заболеваний детей».	Январь	Разновозрастная группа
Консультация «Закаливание детей раннего возраста».	Февраль	Группа раннего возраста
Памятка «Если ребенок плохо кушает»	Февраль	Младшая группа
Консультация «Спорт и дети»	Февраль	Средняя группа
Консультации «Пальчиковая гимнастика для детей»	Март	Группа раннего возраста
Наглядный материал «Одежда малыша весной»	Март	Группа раннего возраста
Консультация «Как предупредить авитаминоз весной».	Март	Разновозрастная группа

Консультация «Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук малышей»	Апрель	Младшая группа
Консультация «Дети и компьютер».	Апрель	Средняя группа
Памятка «Режим будущего школьника».	Апрель	Разновозрастная группа
Консультация «Если ребенок часто устраивает истерики»	Май	Младшая группа
Памятка «Правильное питание ребёнка в летний период»	Май	Средняя группа