

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Алёнушка»,
д.Подборки Козельского района Калужской области

249705, Калужская область, Козельский район, д. Подборки, ул. Мира, д.5, строение 2, e-mail:ds.alenushka.podborki19@mail.ru

Принято
решением педагогического
совета МКДОУ д/с «Алёнушка»
протокол № 1
« 30 » 08.2021 _

Утверждаю:
Заведующая МКДОУ
д/с «Алёнушка»
_____ Ю.Г.Каюрова

План
профилактической работы по сохранению и укреплению
здоровья воспитанников.

Цель:

Осуществление охраны и укрепления здоровья детей, создание оздоровительного микросоциума в группе.

Задачи:

- использование оздоровительных методик, апробированных в ходе инновации, систематическое и качественное их обновление;
- сочетание психолого-педагогических подходов с профилактическими, диагностическими и коррекционными мероприятиями.

Мероприятия

1. Проведение специальных закаливающих процедур:

- воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий во всех группах.
- сон при температуре воздуха 18-21 градусов
- проведение корригирующей гимнастики, лежа в постели после сна.
- проведение дыхательной гимнастики с целью повышения сопротивляемости организма и нормализации дыхания.
- ходьба по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия во всех группах.

- воздушные ванны при смене одежды перед прогулкой, перед сном, перед физкультурным занятием.

2. Организация питания:

-фрукты или фруктовый сок ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня.

-витаминация третьих блюд аскорбиновой кислотой.

3. Физкультурно-оздоровительные мероприятия:

-физкультурная деятельность по развитию двигательной активности дошкольников (в помещении и на воздухе) с использованием в конце кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме» и т.д.)

-утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением

-индивидуальные физические упражнения и подвижные игры.

-оздоровительные паузы во время од и в свободной деятельности:

— гимнастика для глаз;

— пальчиковая гимнастика;

— дыхательная гимнастика;

— физкультминутки

-оздоровительный бег

-физкультурные досуги с участием родителей

-спортивные праздники

4. Санитарно-просветительская работа с детьми:

-беседы с детьми о здоровье и здоровом образе жизни.

-организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для детей.

5. Санитарно-просветительская работа с родителями:

-родительское собрание, рассматривающее вопросы формирования здоровья.

-консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.

-организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации для родителей.

6. Формирование КГН у детей

7. Соблюдение санитарно-эпидемиологических требований (режима дня, режима проветривания).