**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №9**

**301635 Россия Тульская область, Узловский район, пос.Брусянский, пер.Пушкина, д.4**

**тел. 8(48731)7-61-01, эл.почта:** [**mkdouds9.uzl@tularegion.org**](mailto:mkdouds9.uzl@tularegion.org)

|  |  |
| --- | --- |
| **Принят**  На педагогическом совете  Протокол №\_1\_\_  от «\_20\_»\_\_08\_\_\_2024 г.    **Согласован**  Совет родителей МКДОУ  д/с № 9  Протокол №\_4\_\_  от «\_15\_»\_\_\_06\_\_2024 г. | **Утвержден**  приказом по МКДОУ д/с № 9  № \_33-д от «\_23 »\_08\_\_2024 г.  Заведующий МКДОУ д/с №9  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.А. Ченская |

**ПЛАН**

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНО - ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**

**на 2024 – 2025 учебный год**

Узловский район

2024

**Цель:**Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в сохранении собственного здоровья.

**Задачи:**

* Создать комфортный микроклимат в детском коллективе, в ДОУ в целом.
* Повысить физкультурно-оздоровительную грамотность родителей.
* Формировать у детей знания, умения и навыки сохранения здоровья и ответственности за него.
* Формировать профессиональную позицию педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье детей.

ПЛАН

оздоровительно – профилактических мероприятий

в первой младшей группе (от 1 до 3лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Утренняя гимнастика с элементами дыхательной гимнастики | Ежедневно | Воспитатели |
| 2 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно,  3-4 часа | Воспитатели |
| 3 | Бодрящая гимнастика после сна | Ежедневно | Воспитатели |
| 4 | Повышение иммунитета с помощью имуномодуляторов (аскорбиновая кислота (вит.С,) | Ежемесячно, с октября по декабрь, курсами по 10 дней | Медсестра |
| 5 | Фитотерапия:  - «Чесночные медальоны»;  - добавление чеснока, зел. лука в пищу | Октябрь-декабрь | Воспитатели |
| 6 | Своевременное проведение профилактических прививок | В течение года | Медсестра |
| 7 | Обеспечение максимального времени пребывания детей на свежем воздухе (утренний прием в группы, гимнастика, физкультурные  занятия, прогулки, развлечения) | В течение летнего периода | Воспитатели |
| 8 | Использование различных видов закаливания в течение дня (воздушные и солнечные ванны, обтирания и т. д.) | В течение летнего периода | Воспитатели |
| 9 | Индивидуальная и групповая работа с детьми по развитию основных движений на прогулке | В течение летнего периода | Воспитатели |
| 10 | Ежедневное включение в меню свежих овощей, фруктов, соков | В течение летнего периода | Заведующий |
| 11 | Занятия по физической культуре | 2 раза в неделю | Воспитатели  Физ-рук |
| 12 | Своевременное проведение медицинских осмотров | 1 раз в год | Медсестра |
| 17 | Кварцевание и проветривание помещений | В течение года | Медсестра  Воспитатели |

ПЛАН

оздоровительно – профилактических мероприятий

во второй младшей группе (от 3 до 4лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Утренняя гимнастика с элементами дыхательной и корригирующей гимнастики | Ежедневно | Воспитатели |
| 2 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно,  3-4 часа | Воспитатели |
| 3 | Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию  - во время прогулки | 2 раза в неделю  1 раз в неделю | Воспитатели |
| 4 | Бодрящая гимнастика после сна | Ежедневно | Воспитатели |
| 5 | Ходьба по мокрым дорожкам | Ежедневно | Воспитатели |
|  | Обширное умывание с постепенным снижением температуры | Ежедневно | Воспитатели |
| 6 | Полоскание полости рта, горла | Ежедневно, начиная с октября | Воспитатели |
| 7 | Повышение иммунитета с помощью имуномодуляторов (аскорбиновая кислота (вит.С) | Ежемесячно, с октября по апрель, курсами по 10 дней | Медсестра |
| 8 | Витаминизация 3-го блюда (вит.С) | Ежедневно | Медсестра |
| 9 | Фитотерапия:  - «Чесночные медальоны»;  - добавление чеснока, зел. лука в пищу. | Октябрь-апрель | Воспитатели |
| 10 | Своевременное проведение медицинских осмотров | В течение года | медсестра |
| 17 | Кварцевание и проветривание помещений | В течение года | Медсестра  Воспитатели |

ПЛАН

оздоровительно – профилактических мероприятий

в средней группе (от 4 до 5лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Утренняя гимнастика с элементами и корригирующей дыхательной гимнастики | Ежедневно | Воспитатели |
| 2 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно,  не менее 3часов | Воспитатели |
| 3 | Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию  - во время прогулки | 2 раза в неделю  1 раз в неделю | Воспитатели |
| 4 | Бодрящая гимнастика после сна с упражнениями на укрепления мышц стопы, спины | Ежедневно | Воспитатели |
| 5 | Хождение босиком | Ежедневно | Воспитатели |
| 6 | Обширное умывание с постепенным снижением температуры | Ежедневно | Воспитатели |
| 7 | Полоскание полости рта, горла | Ежедневно | Воспитатели |
| 8 | Повышение иммунитета с помощью имуномодуляторов (аскорбиновая кислота (вит.С) | Ежемесячно, с октября по апрель, курсами по 10 дней | Медсестра |
| 9 | Своевременное проведение медицинских осмотров | 1 раз в год | Медсестра |
| 17 | Кварцевание и проветривание помещений | В течение года | Медсестра  Воспитатели |

ПЛАН

оздоровительно – профилактических мероприятий

в старшей группе (от 5 до 6лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Утренняя гимнастика с элементами дыхательной и корригирующей гимнастики | Ежедневно | Воспитатели |
| 2 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно,  3-4 часа | Воспитатели |
| 3 | Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию  - во время прогулки | 2 раза в неделю  1 раз в неделю | Воспитатели  Физ-рук |
| 4 | Бодрящая гимнастика после сна с упражнениями на укрепления мышц стопы, спины | Ежедневно | Воспитатели |
| 5 | Босохождение | Ежедневно | Воспитатели |
| 6 | Обширное умывание с постепенным снижением температуры | Ежедневно | Воспитатели |
| 7 | Полоскание полости рта, горла | Ежедневно | Воспитатели |
| 8 | Повышение иммунитета с помощью имуномодуляторов (аскорбиновая кислота (вит.) | Ежемесячно, с октября по апрель, курсами по 10дней | Медсестра |
| 9 | Своевременное проведение медицинских осмотров | 1 раз в год | Медсестра |
| 17 | Кварцевание и проветривание помещений | В течение года | Медсестра  Воспитатели |

ПЛАН

оздоровительно – профилактических мероприятий

в подготовительной группе (от 6 до 7 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 1 | Утренняя гимнастика с элементами дыхательной и корригирующей гимнастики | Ежедневно | Воспитатели |
| 2 | Прогулка на свежем воздухе | Ежедневно,  3-4 часа | Воспитатели |
| 3 | Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию  - во время прогулки | 2 раз в неделю  1 раз в неделю | Воспитатели |
| 4 | Бодрящая гимнастика после сна с упражнениями на укрепления мышц стопы, спины | Ежедневно | Воспитатели |
| 5 | Обливание ног с постепенным снижением температуры | Ежедневно | Воспитатели |
| 6 | Босохождение | Ежедневно | Воспитатели |
| 7 | Обширное умывание с постепенным снижением температуры | Ежедневно | Воспитатели |
| 8 | Полоскание полости рта, горла | Ежедневно | Медсестра |
| 9 | Медицинский осмотр врачами-специалистами | 1 раз в год | Медсестра |
| 10 | Повышение иммунитета с помощью имуномодуляторов (аскорбиновая кислота (вит.С) | Ежемесячно, с октября по апрель, курсами по 10 дней | Медсестра |
| 11 | Оздоровительные мероприятия:  -ингаляции,  -Витаминизация 3-го блюда (вит.С) | Ежегодно, в течение 10дней  Ежедневно | Медсестра |
| 12 | Фитотерапия:  - «Чесночные медальоны»;  - добавление чеснока, зел. лука в пищу. | Октябрь-апрель | Воспитатели |
| 13 | Своевременное проведение профилактических прививок | В течение года | Медсестра |
| 14 | Обеспечение максимального времени пребывания детей на свежем воздухе (утренний прием в группы, гимнастика, физкультурные занятия, прогулки, развлечения) | В течение летнего периода | Воспитатели |
| 15 | Создание условий для повышения двигатель  ной активности детей на свежем воздухе посредством расширения ассортимента выносного оборудования | В течение летнего периода | Воспитатели |
| 16 | Своевременное проведение медицинских осмотров | 1 раз в год | Медсестра |
| 17 | Кварцевание и проветривание помещений | В течение года | Медсестра  Воспитатели |