**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**

|  |  |
| --- | --- |
|  **Принят**На педагогическом совете Протокол №\_1\_\_от «\_20\_»\_\_08\_\_\_2024 г.  **Согласован**Совет родителей МКДОУд/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 неделю1 раз в неделю  | ВоспитателиФиз-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 неделю1 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 |