


**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Октябрьская школа»  
Милославского района Рязанской области**

**Утверждаю**  
**Директор МОУ «Октябрьская школа»**  
**И.И. Рудагина**  
**Приказ №41 от 31.08.2023г.**



**Годовой план**  
**Оздоровительных мероприятий в МОУ «Октябрьская школа»**  
**разновозрастной дошкольной группы «Капелька»**

**Цель:** Оздоровление и развитие детей, создание условий, обеспечивающих их физический и психологический фактор.

**Задачи оздоровительной работы:**

1. Укреплять здоровье воспитанников
2. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка.
3. Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.
4. Четко выполнять и прививать детям культурно-гигиенические навыки, гигиенические требования к одежде детей, дневной сон при открытых окнах, обливание стоп, выполнение режима дня.
5. Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.

**Формы и методы оздоровления детей  
разновозрастной дошкольной группы  
«Капелька» МОУ «Октябрьская школа»**

№ п/п	Формы и методы	Содержание	контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	-щадящий режим (адаптационный период); -гибкий режим; -организация микроклимата и стиля жизни группы; - учет биоритмов и возраста детей	группа
2	Физические упражнения	-утренняя гимнастика; -физкультурно-оздоровительные занятия; -подвижные и динамичные игры; -профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия) -спортивные игры; - пешие прогулки.	группа
3	Гигиенические и водные процедуры	-умывание; -мытьё рук; -игры с водой; -обеспечение чистой среды	группа
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное); - сон при открытых фрамугах; -прогулки на свежем воздухе; -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	группа
5	Активный отдых	-развлечения, праздники; -игры-забавы; -дни здоровья	группа
6	Диетотерапия	-рациональное питание	группа
7	Музтерапия	-муз. сопровождение режимных моментов; -муз. оформление фона занятий -муз.оформление во время дневного сна -хоровое пение (в том числе звуковое)	группа
8	Спецзакаливание	-хождение босиком (в летний период на песке) -дыхательная гимнастика; -хождение по массажным коврикам	группа
9	Стимулирующая терапия	- проф.прививки (по плану оздоровительно-профилактических мероприятий)	группа
10	Пропаганда ЗОЖ	-курс лекций и бесед; -спец. занятия (ОБЖ)	группа

**Комплекс оздоровительных мероприятий разновозрастной дошкольной группы  
«Капелька» МОУ «Октябрьская школа»**

- Утренняя гимнастика (с мая по октябрь – на улице, с октября по апрель – в игровой комнате).
- Полоскание полости рта после завтрака, обеда, ужина. Физкультминутки во время занятий, профилактика нарушения зрения.
- Физкультурные занятия (в носках) + динамический час на прогулке 1 раз в неделю.
- Фитонциды(лук, чеснок).
- Прогулки: дневная, вечерняя.
- Оптимальный двигательный режим.
- Дыхательная гимнастика в кровати.
- Упражнения на профилактику плоскостопия.

*План мероприятий оздоровления*

*МОУ «Октябрьская школа» разновозрастной дошкольной группы «Капелька» на 2021-2025 уч.год*

Содержание мероприятий				Сроки выполнения	Ответственный за выполнение
1	2	3	4		
Работа с детьми:  Общие методы		1	Утренний прием на свежем воздухе	сентябрь	воспитатель
		2	Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ниже 15 градусов)	В течение года	воспитатель
		3	Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе, утренних пробежек	сентябрь	воспитатель
		4	Облегчённая одежда детей в группах	В течение года	воспитатель
		5	Проветривание помещений групп ввремя отсутствия детей	В течение года	Воспитатель помощник воспитателя
		6	Умывание детей с постоянным понижением температуры воды от 28 градусов до 20 градусов	В течение года	Воспитатель помощник воспитателя
		7	Кварцевание спальных и игровых помещений, туалетных комнат	В течение года	Воспитатель помощник воспитателя
		8	Контроль за физическим воспитани- ем. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия.	В течение года	медсестра
		9	Контроль за температурным режимом, за воздушным режимом,режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световымрежимом	В течение года	медсестра

Работа с детьми: специальные методы	10	Босохождение	Июнь-август	Воспитатель, помощник воспитателя
	11	Солнечные ванны	Май-август	Воспитатель медсестра
	12	Обливание водой	Июнь - август	Воспитатель медсестра
	13	Полоскание полости рта кипячёной водой	Сентябрь - октябрь, декабрь - январь, март - апрель	Воспитатель медсестра
	14	Ароматерапия (чеснок, лук)	Октябрь - декабрь, январь - март	Медсестра воспитатель
	15	Лекарственная терапия: - оксолиновая мазь,  - вакцинопрофилактика	Период повышенной заболеваемости (октябрь-декабрь) Подготовительный период к гриппу	медсестра Родители
	16	Усиление санэпидрежима	Октябрь - декабрь, январь - март	медсестра помощник воспитатели
	17	Диспансеризация	Апрель - май	медсестра
	18	Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания	В течение года	медсестра
	19	Обследование на энтеробиоз	Май	медсестра
	20	Работа с детьми диспансерной группы	В течение года	медсестра
	21	Профилактические прививки	В течение года	медсестра

<p><b>Работа с кадрами</b></p>	<p>22</p>	<p>Проведение беседы:  - с поварами по санитарно-гигиеническим нормам и правилам на кухне:  - с помощником воспитателей по санитарно-гигиеническим нормам и правилам получения и раздачи пищи, мытья посуды и уборки групп;  - с воспитателями о соблюдении санитарно-гигиенических норм при играх, занятиях, прогулках и сне детей; правила оказания первой медицинской помощи детям при травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороке и других неотложных состояниях</p>	<p>2 раза в месяц  2  раза в месяц  1 раз в месяц</p>	<p>медсестра</p>
--------------------------------	-----------	--	---	------------------

	23	Консультация для технического персонала: - воздушный режим и его значение для здоровья детей, - воспитание культурно гигиенических навыков	Октябрь Ноябрь	медсестра директор
	24	Планёрка на тему «Создание в ДГ условий для оздоровления детей дошкольного возраста»	Ноябрь	методист воспитатель
	25	Совещание при директоре: «Анализ заболеваемости. Выполнение программы по ФИЗО».	Декабрь	директор
	26	Контроль «Организация закаливающих процедур в группах»	В течении года	воспитатель
	27	Контроль за медосмотром сотрудников	1 раз в полгода	Медсестра директор
<b>Работа с родителями</b>	28	Оформление информационных листков ширм на тему: - инфекционные заболевания; - лечение без лекарств; - физическое воспитание малышей	В течение года	воспитатель  медсестра
	29	Родительские собрания на тему: «Здоровый ребёнок»	Апрель	Воспитатель медсестра
	30	Беседы с родителями на темы: - как уберечь ребёнка от вирусного заболевания; - повышение защитных функций организма; - как предупредить травматизм у ребёнка; - профилактика энтеробиоза; - другие по необходимости	В течение года	медсестра воспитатель