

**ПЛАН  
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
МБДОУ «Центр развития ребенка №19»  
на 2023-2024 уч.год.**

**Цель:** *качественное улучшение физического состояния, оздоровление и развитие детей, создание условий, обеспечивающих их физический и психологический комфорт*

**Задачи:**

1. *Способствовать сохранению атмосферы сотрудничества ДОУ с родителями, направленной на оздоровление детей.*
2. *Организовать просветительскую работу среди дошкольников о способах сохранения собственного здоровья, используя разнообразные методы и учитывая возрастные возможности детей.*
3. *Осуществлять постоянный контроль за целесообразным использованием методов и форм здоровьесберегающей педагогики.*
4. *Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.*

Разделы и направления работы	Формы работы	Срок выполнения	Ответственные
<p><b>I. Организация мероприятий общего характера и контроль за состоянием здоровья воспитанников</b></p>	<p>1.1. Утверждение плана профилактической и оздоровительной работы учреждения на 2023– 2024учебный год.</p> <p><b>1.2. Контроль за состоянием здоровья воспитанников:</b></p> <p>1.2.1.Стандартная диагностика в соответствии с требованиями МЗ РФ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Антропометрия</li> <li>• Осмотр на педикулез и чесотку</li> <li>• Осмотр педиатром вновь поступивших и состоящих на диспансерном учете детей</li> </ul> <p>1.2.2. Оформление медицинских карт №26 выпускников д/сада.</p> <p>1.2.3. Контроль за режимом проветривания.</p> <p>1.2.4.Обеспечение безболезненной адаптации детей после отпуска и вновь поступивших:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ведение листа адаптации с отметкой состояния здоровья и уровня нервно-психического развития ребенка, самочувствия, готовность к проведению различных режимных моментов.</li> <li>• Анализ итогов адаптации на медико-педагогическом совещании.</li> </ul> <p>1.2.5. Подбор мебели по ГОСТу с учетом СП 2.4.3648-20.</p> <p>1.2.6. Заполнение листов здоровья во всех группах.</p> <p>1.2.7. Оформление индивидуальных образовательных маршрутов в группах.</p> <p>1.2.8. Анализ заболеваемости в ДОУ ежемесячно до 5 числа. Мониторинг заболеваемости на всех группах.</p> <p>1.2.9. Определение оптимальной образовательной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.</p> <p>1.2.10. Определение оптимальной физической нагрузки с учетом группы здоровья и состояния здоровья после перенесенного заболевания.</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Сентябрь Октябрь</p> <p>Январь-май В течении года В течении года</p> <p>1раз в квартал Октябрь, ноябрь 2 раза в год В течении года Декабрь, май В течении года</p>	<p>Заведующий</p> <p>м/с по согласованию</p> <p>м/с по согласованию ст.воспит. м/с по согласованию воспитатели групп</p> <p>Воспит. групп ст.воспит. Воспитатели групп Восп. групп ран-го возраста ст.воспит. Физк.руков-ль</p>
<p><b>II. Оздоровительное и профилактическое сопровождение</b></p>	<p>2.1. Соблюдение воздушно – теплового режима в группах, на физкультурных занятиях.</p> <p>2.2. Тренировка адаптационных систем организма детей. <u>Для детей раннего возраста.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Воздушные ванны</li> </ul>	<p>В течение года ежедневно В течении года ежедневно</p>	<p>Воспитатели групп Воспитатели групп, м/с по согласованию</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Босохождение</li> <li>• Обширное умывание</li> <li>• Оптимальная слоистость одежды в группе, на прогулке, на физкультурных занятиях</li> <li>• Игры с песком и водой в группе и на участке (по сезону)</li> </ul> <p><i>В дошкольном возрасте.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Общие воздушные ванны</li> <li>• Игры с песком и водой в группе и на участке (по сезону)</li> <li>• Обширное умывание прохладной водой</li> </ul> <p><i>Для всех детей д/с.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «С»-витаминизация</li> <li>• Физио- и рефлексотерапия</li> <li>• Сухой бассейн</li> <li>• Ионизация воздуха (ионизаторы воздуха супер-плюс Турбо)</li> </ul> <p>2.3. Стоматологическая профилактика.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гигиена полости рта (полоскание рта после еды)</li> <li>• Осмотр стоматологом (в соответствии с графиком медосмотров)</li> </ul> <p><i>Для выполнения плана данного раздела использовать: В.П. Спилена «Закаливание детей», В.С. Коваленко «К здоровой семье через детский сад», В.А. Доскин, Л.Г. Голубева «Растем здоровыми»</i></p>	<p>В течении года ежедневно</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p>	<p>ст.воспит.</p> <p>Воспитатели групп, м/с по согласованию ст.воспит.</p> <p>Воспитатели групп, м/с по согласованию ст.воспит.</p> <p>Воспитатели групп, м/с по согласованию ст.воспит.</p>
<p><b>III. Организация питания</b></p>	<p>3.1. Разработка и утверждение технологических карт на блюда для детей дошкольного возраста.</p> <p>3.2. Индивидуальный подбор диет (гипоаллергических при заболеваниях ЖКТ, аллергии).</p> <p>3.3. Для выполнения натуральных норм по овощам практиковать подачу свежих овощей в виде крупных кусочков, в качестве закуски использовать тушеные овощи; на обед и полдник предлагать сложные гарниры.</p> <p>3.4. Включение в рацион питания свежих фруктов и соков.</p> <p><i>Для выполнения плана данного раздела использовать: «Гигиенические основы воспитания в дошкольном учреждении», «Настольная книга медсестры д/сада».</i></p>	<p>Сентябрь</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p>	<p>Заведующий, м/с по согласованию кладовщик, повар</p>
<p><b>IV. Организация пед. процесса по физкультурно-</b></p>	<p>4.1. <u>Занятия с детьми</u> с целью формирования основ гигиенических знаний и здорового образа жизни.</p> <p><i>Младший возраст.</i></p>		<p>Воспитатели</p>



	«Хатха-йога для детей»		
<b>V. Психологическое сопровождение</b>	5.1. <u>Психолог – дети.</u>	В течении года	Психолог
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Духовно и нравственное просвещение.</li> <li>- Сказкотерапия.</li> <li>-Музыкотерапия (гармоничная музыка – классика, фольклор, звуки природы).</li> <li>• Диагностика когнитивно-эмоциональной сферы дошкольников.</li> <li>• Психо-эмоциональная коррекция в сенсорной комнате.</li> <li>- Тренинги.</li> <li>- Игротерапия.</li> <li>- Психогимнастика.</li> <li>- Ситуации.</li> <li>• Занятия по коррекции и развитию психических функций, эмоционально-волевой сферы в интеллектуальной комнате.</li> </ul>	В течении года	Психолог
	5.2. <u>Психолог – педагоги.</u>	Сентябрь, май	Психолог
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультации на темы: «Как обеспечить оптимальные психолого-педагогические условия эмоционально-личностного развития дошкольников»; «Введение и апробация программ, направленных на учет эмоционального развития ребенка». «Гиперактивный ребенок в группе: что с ним делать?»</li> <li>• Психологические тренинги на снижение уровня тревожности и профилактики профессионального выгорания.</li> <li>• Тестирование.</li> <li>• Нормализация психологического климата.</li> </ul>	В течении года	Психолог
	5.3. <u>Психолог – родители.</u>	Январь	Психолог ст.воспит.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультирование родителей детей раннего возраста: «Условия успешного прохождения адаптации» «Развитие эмоциональной сферы в семье»</li> <li>• Психолого-педагогическое просвещение родителей.</li> </ul>	Февраль	Психолог
	<i>Памятка «Особенности эмоционального развития детей разного возраста».</i>	Ноябрь	Психолог
	<i>Папка-передвижка на темы:</i>	Декабрь	Психолог
	«Как помочь замкнутому ребенку»;	В течении года	Психолог
	«Как развивать у детей любознательность».	Сентябрь	Психолог
	Февраль	Психолог	
	Декабрь	Психолог	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение семей воспитанников.</li> </ul> <p><i>Тест «Оценка эмоционального климата в семье».</i></p> <p><i>Анкетирование.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровые занятия родителей с детьми раннего возраста .</li> <li>• Релаксационные тренинги для родителей в кабинете психолога.</li> <li>• Тематические лекции по заявленным проблемам.</li> </ul>	<p>Январь</p> <p>Март</p> <p>Декабрь</p>	<p>Психолог</p> <p>Психолог</p> <p>Психолог</p>
--	---	--	---