

**ПЛАН
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
МБДОУ «Центр развития ребенка №19»
на 2024-2025 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>I. Организация мероприятий общего характера и контроль за состоянием здоровья воспитанников</p>	<p>1.1. Утверждение плана профилактической и оздоровительной работы учреждения на 2024– 2025учебный год.</p> <p>1.2. Контроль за состоянием здоровья воспитанников:</p> <p>1.2.1.Стандартная диагностика в соответствии с требованиями МЗ РФ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Антропометрия • Осмотр на педикулез и чесотку • Осмотр педиатром вновь поступивших и состоящих на диспансерном учете детей <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"> • Ведение листа адаптации с отметкой состояния здоровья и уровня нервно-психического развития ребенка, самочувствия, готовность к проведению различных режимных моментов. • Анализ итогов адаптации на медико-педагогическом совещании. <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>II. Оздоровительное и профилактическое сопровождение</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"> • Воздушные ванны 	<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"> • Босохождение • Обширное умывание • Оптимальная слоистость одежды в группе, на прогулке, на физкультурных занятиях • Игры с песком и водой в группе и на участке (по сезону) <p><i>В дошкольном возрасте.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Общие воздушные ванны • Игры с песком и водой в группе и на участке (по сезону) • Обширное умывание прохладной водой <p><i>Для всех детей д/с.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «С»-витаминизация • Физио- и рефлексотерапия • Сухой бассейн • Ионизация воздуха (ионизаторы воздуха супер-плюс Турбо) <p>2.3. Стоматологическая профилактика.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Гигиена полости рта (полоскание рта после еды) • Осмотр стоматологом (в соответствии с графиком медосмотров) <p><i>Для выполнения плана данного раздела использовать: В.П. Спилина «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>III. Организация питания</p>	<p>3.1. Разработка и утверждение технологических карт на блюда для детей дошкольного возраста.</p> <p>3.2. Индивидуальный подбор диет (гиппоаллергических 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>IV. Организация пед. процесса по физкультурно-</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>

<p>оздоровительному направлению</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Познай себя» (знакомство детей со своим телом, назначением некоторых частей тела и ухода за ними) • «Волшебный сундучок» (пестушки, потешки с использованием пальчиковой гимнастики) • «Выйдем дружно на прогулку» (о значении прогулки для здоровья) <p><i>Средний возраст.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Моя любимая еда» • «Что любят и не любят зубы» • «Здоровье – это порядок» <p><i>Старший возраст.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Пища полезная и вредная» • «Мир и порядок в моем организме» • «Да здравствует мыло душистое». <p><i>Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности во всех возрастных группах с учетом возраста и уровня знаний детей.</i></p> <p>4.2. Физкультурно-оздоровительная работа.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Тренирующие общеразвивающие занятия в зале, на улице. • Регулирующая гимнастика: <i>адаптационная.</i> • Целенаправленные гимнастические комплексы. <ul style="list-style-type: none"> - Ортопедические - Osteопатическая гимнастика - Ритмическая. - Дыхательная. - Фит-бол. • Лечебная физкультура по индивидуальным показаниям. • Организация Дней здоровья с привлечением родителей. • Разработка индивидуального оздоровительного маршрута. • Экспресс-оценка физического развития детей всех возрастных групп. <p><i>Для выполнения плана данного раздела надо использовать:</i> Программа В.С. Коваленко «К здоровой семье через д/сад», Методическое пособие «Здоровый дошкольник», Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей», Л.И. Латохина</p>	<p>2 раза в мес.</p> <p>2раза в мес.</p> <p>В течении года</p> <p>3раза в нед. Ежедневно</p> <p>В течении года по календарному плану физкульт. руководит. и воспитателей групп</p>	<p>групп №1,2</p> <p>Воспитатели групп №6,7,10</p> <p>Воспитатели групп 5,8,9,</p> <p>Воспитатели всех групп</p> <p>Физкульт. руковод. Воспитатели групп, Старший воспитатель</p>
--	---	---	---

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

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