**План мероприятий по охране и укреплению здоровья детей**

**в МАДОУ № 167 средняя группа «Лучики» 2020-2021 учебный год**

**Цель:**

1.Снижение уровня заболеваемости детей.

2.Повысить двигательную активность детей.

3.Обеспечение комплексного подхода к решению задач по физическому развитию детей и укреплению здоровья.

**Задачи:**

1.Осуществление преемственности в создании оптимальных условий, обеспечивающих охрану и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников.

2. Выполнение установленного режима функционирования учреждения.

3.Организация рационального двигательного режима детей.

4.Организация оздоровительных мероприятий.

5.Организация совместной работы воспитателя и мед.работника.

6.Организация совместной работы воспитателя и родителей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1. Создание благоприятного психологического климата в дошкольном учреждении через:** | | |
| -        Умение взрослых строить межличностные отношения с каждым ребенком, принимая его любым. | Ежедневно | Воспитатель, младший воспитатель. |
| -        Создание положительного эмоционального настроя у детей. | Ежедневно | Воспитатель, младший воспитатель. |
| **2. Организация рационального двигательного режима:** | | |
| -        Организация двигательного режима в течении дня: перед занятиями, между занятиями, во время прогулки, индивидуальная работа в утренний и вечерний отрезок времени. | Ежедневно | Воспитатель. |
| -        Своевременный выход на прогулку, не задерживаясь с занятий. | Ежедневно | Воспитатель. |
| -        Ежедневные прогулки 2-3 раза день (В зависимости от времени года) | Ежедневно | Воспитатель. |
| -        Ежедневные пробежки во время прогулки, ходьба в быстром темпе. | Ежедневно | Воспитатель. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| -        Ежедневная организация на прогулке подвижных и спортивных игр. | Ежедневно | Воспитатель. |
| -        Организация физкультурных досугов и гимнастик в течении дня. | Ежедневно | Воспитатель, инструктор по физ. подготовке. |
| -        Еженедельно проводить Динамический час. | Ежедневно | Воспитатель. |
| **3. Организация оздоровительных мероприятий:** | | |
| -        Прием детей на свежем воздухе, при наличии хорошей погоды. | В зависимости от времени года. | Воспитатель. |
| -        В системе проводить эффективные методы закаливания: босохождение по дорожке здоровья (в холодное время года в помещение детского сада, в теплое время года во время прогулки), бодрящую гимнастику, мытье рук до локтей, дыхательную гимнастику, использование лестничных маршей после дневного сна. | Ежедневно. | Воспитатель. |
| -        Соблюдение детьми правил личной гигиены. | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| -        Использовать игры с водой, как метод закаливания. | 2-3 раза в неделю. | Воспитатель. |
| -        Постепенный выход на прогулку и уход с прогулки (по 5 человек) | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| -        Не сокращать длительность прогулок. | Ежедневно. | Воспитатель. |
| - Использование аромоламп с фитонцидами. | Ежедневно. | Воспитатель. |
| - Использование фитонцидов. | Во время рецидива вирусных заболеваний. | Воспитатель, родители. |
| - Использование противовирусных средств для наружного применения (Оксолин, Виферон). | Во время рецидива вирусных заболеваний. | Воспитатель, родители. |
| -        Следить за осанкой детей. | Ежедневно. | Воспитатель. |
| -        Использовать в работе комплексы психогигиенических методов (психогимнасти­ки, включение музыки в режимные моменты). | Ежедневно. | Воспитатель. |
| -        Осуществлять тщательный контроль в оздоровительных мероприятиях за детьми, пришедшими после больничного листа (исключить босохождение в течении 1-2 недель, сокращать длительность прогулки) | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель, мед.работник. |
| -        Качественное проведение всех оздоровительных мероприятий | Ежедневно. | Воспитатель. |
| **4. Осуществлять преемственность в работе:** | | |
| -        Воспитателя и помощника воспитателя при организации прогулок и других режимных моментов. | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| -        Воспитателя и воспитателя физкультуры: индивидуальный подход, контроль за частоболеющими детьми, контроль за детьми после больничного (использовать систему снижения физической нагрузки). | Ежедневно. | Воспитатель, инструктор по физ. подготовке. |
| **5. Обязательное проветривание помещений по графику.** | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| **6. Обязательное кварцевание помещения по графику.** | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| **7. Проведение влажных уборок помещения по графику.** | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель. |
| **8. Ежедневный осмотр детей.** | Ежедневно. | Воспитатель, мед.работник. |
| **9. Контроль за одеванием детей на прогулку.** | Ежедневно. | Воспитатель, младший воспитатель, мед.работник. |
| **10. Своевременная вакцинация детей.** | По достижению определенного возраста, в период рецидива вирусных заболеваний. | Мед.работник. |
| **11. Провести работу с родителями:** | | |
| -   Как осуществлять закаливание в семье. |  | Воспитатель. |
| -   Как предохранить ребенка от простудных заболеваний. |  | Воспитатель. |
| -   Об одежде и обуви детей. |  | Воспитатель. |
| - Лекция на тему «Здоровый образ жизни». |  | Воспитатель. |
| **11. Привлечь к работе с родителями врача Детского сада.** |  | Воспитатель, мед.работник. |