

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 41
Каравеева Ю.В. _____
09.01.2024 г.

План улучшения здоровья детей.

№	Содержание	группа	Периодичность выполнения	ответственность	время
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Все группы	ежедневно	Воспитатели, педагог, медсестра.	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы		Педагог, медсестра	В течение года
2	Организация двигательного режима				
	Прием детей на улице	Группы сада	ежедневно	воспитатель	По погоде, в течение года
	Утренняя зарядка	Все группы	ежедневно	Воспитатель, инструктор по физкультуре, контроль педагога и медсестры	В течение года старшие группы на улице по погоде.
	Физкультурные занятия В зале На улице		2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре	В течение года на улице старш. группы по погоде.
	Физкультурные паузы		Во время занятий	воспитатель	Сентябрь- май
	Физкультурные самостоятельные занятия		В свободное время ежедневно	воспитатель	В течение года
	Гимнастика после дневного сна		ежедневно	Воспитатели, контроль медсестры	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	3 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	Сред-подгот.	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре	В течение года
	Гимнастика для глаз	Все группы	Во время занятий на физкультминутках	Воспитатель, медсестра	В течение года

	Пальчиковая гимнастика	Все	3-4 раза в день	Воспитатель, логопед	В течение года
	Оздоровительный бег	Сред.-, подгот.	Ежедневно во время прогулок	воспитатели	В течение года

3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
4	Профилактика заболеваемости				
	Дыхательная гимнастика	Все группы	Во время утренней гимнастики, на музыкальных и физкультурных занятиях, на прогулке, после сна	Воспитатели, специалисты, контроль медсестры	В течение года
	Готовность детей к проведению физкультурных занятий (спортивная форма, очистка верхних дыхательных путей)	Все группы	2 раза в неделю	воспитатель	В течение года
	Контроль за температурным режимом	Все группы	ежедневно	Воспитатель, помощник воспитателя, медсестра	В течение года
	проветривание	Все группы	Во время прогулки и во время тихого часа	Воспитатель, помощник воспитателя, контроль медсестры и педагога	В течение года
	Питьевой режим	Все группы	ежедневно	Воспитатель, помощник воспитателя, контроль медсестры	В течение года
	Солнечные ванны	Все группы	Во время прогулки ежедневно	воспитатель	Июнь-август
	Применение хлорсодержащих препаратов во время влажной уборки		3 раза в день во время эпидемий и карантина	Помощники воспитателей, контроль медсестры	В течение года

	Применение лука и чеснока в салатах	Все группы	В обед	медсестра	
	Ароматизация помещений (нарезанный чеснок в	Все группы	В течение дня ежедневно	Помощники воспитателей,	октябрь-апрель

5	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
	Прогулки на воздухе	Все группы	ежедневно	воспитатели	В течение года
	Хожение по массажным дорожкам босиком	Все группы	Ежедневно после дневного сна	воспитатели	В течение года
	Обширное умывание	Все группы	Ежедневно после дневного сна	воспитатели	В течение года
6	Лечебно - оздоровительная работа				
	Витаминотерапия				
	Витаминизация третьего блюда	Все группы	Ежедневно	Медсестра, повар	В течение года

	Физиопроцедуры				
	Кварцевание помещений	Все группы	Ежедневно во время эпидемии и карантина	Помощники воспитателей, воспитатели, контроль медсестры	В течение года
7	Информационная работа с родителями				
	Информационные стенды	Все группы	Смена информации ежемесячно	Воспитатель	В течение года