

**ПЛАН РАБОТЫ ПО ОХРАНЕ ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ  
МКДОУ № 372**



№	Содержание работы	Группа	Периодичность выполнения	Ответственный	Время
---	-------------------	--------	--------------------------	---------------	-------

**ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА**

1.	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты, медсестра, старший воспитатель.	В течение года
2.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Все группы	Ежедневно	Медсестра, старший воспитатель, воспитатели	В течение года

**ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА**

1.	Непосредственно-образовательная деятельность по физическому воспитанию	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
2.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
3.	Прогулка с включением подвижных игровых упражнений	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
4.	Непосредственно-образовательная деятельность по музыкальному воспитанию	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
5.	Спортивный досуг	Все группы	1 раз в месяц	Воспитатели	В течение года
6.	Гимнастика глаз	Все группы	Во время занятий	Воспитатели	В течение года
7.	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
8.	Физкультминутки	Все группы	Во время занятий	Воспитатели	В течение года
9.	Подвижные игры	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели	В течение года
10.	Самостоятельная двигательная активность детей	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели	В течение года
11.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года

**ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ**

1.	Использование приемов релаксации: минуты тишины, динамические паузы, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, специалисты	В течение года
2.	Использование упражнений, игр, этюдов на развитие	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, специалисты	В течение года



	эмоций				
3.	Непосредственно-образовательная деятельность по музыкальному воспитанию	Все группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года

#### ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ

1.	Точечный массаж	Все группы	2-3 раза в день	Воспитатели	С октября по апрель
2.	Упражнения дыхательной гимнастики	Все группы	Во время утренней гимнастики, занятий, прогулки, после сна	Воспитатели	В течение года
3.	Упражнения для профилактики плоскостопия	Все группы	Во время утренней гимнастики, физкультурных занятий	Воспитатели	В течение года
4.	Соблюдение санитарно-гигиенического режима	Все группы	В течение дня	Весь персонал	В течение года
5.	Профилактика кариеса (полоскание ротовой полости)	С младшей группы	После завтрака	Воспитатели	В течение года

#### ОЗДОРОВЛЕНИЕ ФИТОНЦИДАМИ

1.	Чесочно-луковые закуски	Все группы	В первое блюдо	Воспитатели, младшие воспитатели	С октября по апрель
2.	Ароматизация помещений-чесночные бусы	Все группы	В течение дня	Воспитатели	В период вспышек гриппа, ОРВИ

#### ЗАКАЛИВАНИЕ, С УЧЕТОМ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

1.	Воздушные ванны, облегченная одежда	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.	Прогулки на воздухе	Все группы	2 раза в день	Воспитатели	В течение года
3.	Хожение босиком	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	Зимой в группах в течение 5-10 минут, летом по траве, песку, гравию
4.	Солевые дорожки	С младшей группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	С сентября по май
5.	Обширное умывание	Все группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
6.	Солнечные ванны	Все группы	Ежедневно 10-15 минут летом в головных уборах	Воспитатели	Лето
7.	Игры с водой	Все группы	Регулярно	Воспитатели	В течение года
8.	Полоскание ротовой полости	С младшей группы	После каждого	Воспитатели	В течение года



			приема пищи		
--	--	--	-------------	--	--

ЛЕЧЕБНО- ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

1.	Витаминотерапия	Все группы	По плану медсестры	Медсестра	В течение года
2.	Фитотерапия	Все группы	По плану медсестры	Медсестра	Осень, зима, весна
3.	Лечение детей санаторной группы	По показаниям фтизиатра	По плану врача	Медсестра	По плану