

ПРИНЯТ

решением педагогического совета
протокол № __1__ от __30. 08 2024

ГБДОУ детский сад № 57
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга

Подписано электронной подписью

01.09.2024 10:38

заведующая

УТВЕРЖДЕН

Федотова Лилия Сергеевна приказом Заведующего ГБДОУ №57
7806028766-23-1732004966-2024119923-2-1039-20

м.п. _____ Л.С. Федотова

Учет мнения Совета родителей от 30.08.2024г

**План оздоровительной и профилактической работы
на 2024-2025 учебный год.**

Государственного бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детский сад №57 комбинированного вида
Красногвардейского района Санкт-Петербурга.

Санкт- Петербурга.
2024г

1. Цели и задачи работы

Цель работы:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей.

Задачи работы:

1 Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

2 Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей, развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности, деятельности по интересам.

3 Продолжать формировать устойчивый интерес, потребность в ЗОЖ, занятиях спортивными играми у воспитанников дошкольных групп и их родителей.

4 Проводить осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

При планировании оздоровительной работы в дошкольных группах придерживаемся следующих принципов:

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных методик;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей, медицинского персонала, педагогов к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- интеграция программы профилактики закаливания в семью;
- повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в дошкольных группах санитарных правил и нормативов, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима.

2. Создание условий для всестороннего развития детей

Направления работы	Условия реализации работы	Ответственный
САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ		
Организация питьевого режима	Наличие индивидуальных кружек, чайника, охлажденной кипяченой воды.	Воспитатели
Организация закаливающих процедур	Наличие разработанных оздоровительных методик, Наличие атрибутов для проведения закаливающих мероприятий (дорожка здоровья)	Воспитатели
УСЛОВИЯ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ		
Организация безопасных условий пребывания детей в группах	Наличие исправного оборудования на прогулочных площадках.	завхоз

Формирование основ безопасного поведения и привычки к ЗОЖ	Наличие дидактического материала для работы по ПДД, ЗОЖ, ОБЖ.	воспитатели
Организация двигательного режима	Наличие физкультурного оборудования. Проведение коррекционной работы (осанка, плоскостопие и т. д.). Индивидуальная работа по развитию движений. Организация спортивных праздников	Воспитатели

УСЛОВИЯ ДЛЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

Организация прогулок	Разработка тематики	воспитатели
----------------------	---------------------	-------------

УСЛОВИЯ ДЛЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Организация экспериментальной деятельности	Наличие оборудования для проведения экспериментов.	воспитатели
Организация наблюдений в природе	Наличие картотеки наблюдений, экологических игр	Воспитатели

3. Система оздоровительной и профилактической работы

Организация двигательной активности:

- соблюдение режима двигательной активности в соответствии с возрастом
- занятия по подгруппам
- индивидуальный подход к пробуждению детей после дневного сна
- в режиме дня предусмотрены динамические перемены

Организация рационального питания:

- 4 разовое сбалансированное питание
- утвержденное десятидневное цикличное меню в соответствии с возрастом
- аллергостол

Диагностика уровня физического развития и состояния здоровья обучающихся.

- диагностика уровня физического развития
 - обследование обучающихся службой сопровождения ДООУ (учитель-логопед, учитель дефектолог (по необходимости))
- проведение диспансеризации обучающихся специалистами детской поликлиники №66 в соответствии с планом.

Система закаливания

Вид мероприятия	Время в режиме дня, место проведения	Особенности методики проведения	Ответственный исполнитель
ВОЗДУШНЫЕ ВАННЫ			
Длительное пребывание на свежем воздухе	-утренний прием в теплое время года -дневные и вечерние прогулки проводятся ежедневно в	Осмотр участка перед каждой прогулкой • При необходимости поливается участок и песочница	м/сестра, воспитатель, помощник воспитателя

	соответствии с режимом каждой возрастной группы	<p>Обязательное наличие головных уборов у детей</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдение питьевого режима • Соблюдение достаточной двигательной активности (60% от прогулки отводится двигательной активности) 	
Утренняя гимнастика	Проводится утром ежедневно Продолжительность дети до 7 лет-10 мин	<p>Создание положительного эмоционального настроения</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формы проведения: традиционная, обыгрывание сюжета, с использованием подвижных игр, использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов 	
Совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств	Проводится на дневной прогулке ежедневно.	<p>В жаркие солнечные дни уменьшается число повторения упражнений их интенсивность, длительность, виды движений (бег-ходьба) Выбор подвижных и спортивных игр зависит от погодных условий.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Для детей группы риска (2 и 3 гр здоровья) индивидуальное дозирование физических нагрузок, ограничение подвижных игр. 	Воспитатель, инструктор по физо.
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю в соответствии с расписанием	<p>Длительность проведения занятий зависит от возраста</p> <ul style="list-style-type: none"> • В теплое время года занятия проводятся на улице • На занятиях используется спортивное оборудование и атрибуты • Одно занятие в неделю проводится на улице 	инструктор по физо
Сон	В соответствии с режимом дня	<p>Темп. в спальном комнате должна быть не ниже 14С.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обеспечение спокойной обстановки перед сном и во время сна. • Детям группы риска увеличивается сон 	Воспитатель

		(укладывать первыми, подъем последними.)	
Босохождение по массажным дорожкам	После дневного сна	Дети босиком проходят по массажным дорожкам несколько раз.	Воспитатель
Воздушные ванны (лето)	Общие на открытом воздухе. Местные-в различных режимных моментах Начиная с 5 мин и доводя до 30-40 мин.	Общие (световоздушные)ванны начинают с кружевной тени деревьев при +19-20С для детей старшего возраста. При темп +20-21С для детей младшего возраста. Показания: воздушные ванны могут принимать практически здоровые дети и ослабленные дети после перенесенных заболеваний. Целесообразно проводить световоздушные ванны в 9-11 часов. Противопоказания: острые инфекционные заболевания.	Воспитатель
Солнечные ванны (лето)	На прогулке с 9- 11 часов. Продолжительность в соответствии с возрастом детей и назначается врачом.	Дети находятся на открытом солнце <ul style="list-style-type: none"> • Назначение солнечных ванн после предварительного недельного курса ежедневных воздушных ванн • Солнечные ванны проводятся не ранее чем через 1,5ч после еды и заканчиваются не позднее , чем за 30 мин до еды • После окончания солнечных ванн рекомендован отдых в тени. 	Врач, м/с, воспитатель
ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ			
Водные процедуры (умывание)	Ежедневно во время гигиенических процедур	в умывальной комнате	Воспитатель, помощник воспитателя
Мытье ног теплой водой (лето)	Ежедневно после прогулки	В умывальной комнате <ul style="list-style-type: none"> • Ноги мыть проточной водой комнатной температуры с мылом на деревянной решетке с помощью душа. • Вытираются ноги насухо только индивидуальным полотенцем (или одноразовыми бумажными) • Сушатся полотенца в умывальной комнате • Хранятся там же или в 	Воспитатель, помощник воспитателя

		шкафчике в отдельном пакете.	
Игры с водой (лето)	На прогулке , при установившейся температуре воздуха +22 и выше Время процедур- от 10 мин и выше.	Игры с водой проводятся в плескательных бассейнах или тазах.	Воспитатель
Массажные процедуры			
Разминка в постели и самомассаж	Ежедневно после дневного сна лежа в кроватях	Используется комплекс гимнастик после дневного сна	Воспитатель
Дорожки здоровья	Ежедневно после дневного сна	Импровизированный снаряд с чередованием различных поверхностей. Дети проходят по дорожке босиком несколько раз	Воспитатель
ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ			
Питьевой режим	Обеспечивается в течение всего дня по желанию детей	Кипяченая вода хранится в емкости для воды (пластик не допустим)заранее охлаждена до комнатной температуры. Используются одноразовые стаканчики или индивидуальные чашки (выносятся на улицу в п/пакете с маркировкой «чистая посуда» , для использованной посуды пакет с маркировкой «грязная посуда»)	Воспитатель, помощник воспитателя

План разработан в соответствии с Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021 №2); Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 №28);