

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Лесновский детский сад муниципального образования –  
Шиловский муниципальный район Рязанской области  
391539, Рязанская обл., Шиловский р-н, п. Лесной, ул. Комсомольская  
Тел. (49136) 3-72-36  
E-mail:lesnoy.detsad@yandex.ru

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
«30» 08 2022г.  
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ Лесновский детский сад  
Н.В.Литвинова  
Приказ № 43 от «30» 08 2022г.



## Комплексный план оздоровительных мероприятий

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Лесновский детский сад муниципального образования –  
Шиловский муниципальный район Рязанской области

на 2022-2023 учебный год

П. Лесной  
2022г.

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
1. Профилактическая работа		
Профосмотры детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• всех вновь поступающих детей;</li> <li>• плановые осмотры детей с проведением антропометрии;</li> <li>• осмотры детей при ежедневном приеме детей в детский коллектив</li> </ul>	ст. медсестра Воспитатели, ст. медсестра Воспитатели, ст. медсестра	При поступлении 2 раза в год Ежедневно
Работа с вновь поступившими детьми: <ul style="list-style-type: none"> <li>• работа с документацией (история развития, диспансерный лист, эпикриз, сведения о родителях);</li> </ul>	ст. медсестра	При поступлении в д/с
Организация физического воспитания и закаливания детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей;</li> <li>• контроль за организацией двигательного режима в течение дня;</li> <li>• контроль за методикой проведения физкультурных занятий;</li> <li>• контроль за проведением закаливающих мероприятий (индивидуальный подход, постепенное увеличение силы закаливающего фактора, системность, санитарно-гигиенические условия помещений и оборудования для закаливания);</li> <li>• контроль за соблюдением температурного режима группы;</li> </ul>	ст. медсестра  Ст. медсестра, ст. воспитатель Ст. воспитатель, инструктор по физкультуре Ст. медсестра, инструктор по физкультуре, воспитатели Ст. медсестра	Постоянно  Постоянно Во время занятий Постоянно Постоянно  Постоянно

## 2. Оздоровительная работа

Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения
<p>Профилактика инфекционных заболеваний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация профилактических прививок;</li> <li>• прием детей в д/с после отсутствия при наличии справки от участкового педиатра;</li> </ul>	ст. медсестра	Ежемесячно Постоянно
<p>Контроль за организацией питания. Рациональная организация питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• составление перспективного меню на 10 дней;</li> <li>• выполнение натуральных норм питания;</li> <li>• соблюдение временных интервалов между приемами пищи;</li> <li>• составление картотеки блюд;</li> <li>• подсчет суточной калорийности;</li> <li>- витаминизация третьего блюда</li> <li>• воспитание культурно-гигиенических навыков у детей;</li> <li>• бракераж сырой и готовой продукции;</li> <li>• контроль закладки продуктов в котел;</li> <li>• составление меню</li> </ul>	<p>Ст. медсестра Ст. медсестра</p> <p>Воспитатели Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра Воспитатели Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра</p>	<p>Постоянно Каждые 10 дней Постоянно Постоянно 1 раз в месяц Постоянно Постоянно Ежедневно Ежедневно Ежедневно</p>
<p>Проведение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• контроль сан.-эпид. состояния в группах;</li> <li>• контроль санитарного состояния пищеблока;</li> <li>• приготовление и контроль за хранением,</li> </ul>	Ст. медсестра Ст. медсестра	Ежедневно Ежедневно Постоянно

использованием дез. средств; <ul style="list-style-type: none"> <li>• контроль соответствия мебели росту детей;</li> <li>• соблюдение режима дня;</li> <li>• выяснение причин отсутствия детей в группах;</li> <li>• контроль соблюдения графика проветривания;</li> <li>• осмотр детей на педикулез;</li> <li>• медосмотр сотрудников</li> </ul>	Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра Ст. медсестра	Постоянно Постоянно Постоянно Ежедневно Постоянно 1 раз в год
Подготовка детей к поступлению в школу: <ul style="list-style-type: none"> <li>• комплексный углубленный осмотр врачами-специалистами;</li> <li>• антропометрия;</li> <li>• лабораторные исследования</li> </ul>	Врачи поликлиники Ст. медсестра	Март— май
Преимственность в работе с другими учреждениями: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 5 – 6 поликлиническое отделение 8-й детской больницы;</li> </ul>	Ст. медсестра	Постоянно
<b>3. Диагностическая работа.</b>		
Диспансеризация детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• диспансеризация здоровых детей;</li> <li>• диспансеризация детей, поступающих в школу;</li> <li>• распределение детей по группам здоровья;</li> </ul>	Врач, ст. медсестра	1 раз в год Март— май 1 раз в год
Контроль заболеваемости детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализ заболеваемости;</li> <li>• ознакомление с результатами анализа воспитателей</li> </ul>	Ст. медсестра	Ежемесячно
Обследование на гельминты с последующей дегельминтизацией: <ul style="list-style-type: none"> <li>• выявление заболевших;</li> <li>• направление на лечение;</li> <li>• направление на обследование контактных членов семьи</li> </ul>	Ст. медсестра	1 раз в год
Оздоровительные мероприятия в осенне-зимний период: <ul style="list-style-type: none"> <li>• использование фитонцидов (чеснок, лук);</li> </ul>	Воспитатели Ст. медсестра	Ежедневно

<ul style="list-style-type: none"> <li>• С-витаминизация третьего блюда;</li> <li>• ароматерапия;</li> <li>• кварцевание помещений.</li> <li>• ходьба босиком;</li> <li>• воздушное закаливание;</li> </ul>		
---	--	--

3. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий  
(закаливающие мероприятия, двигательный режим, система индивидуальной работы)

Задачи физического развития		
<p>Оздоровительные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- охрана жизни и укрепление здоровья;</li> <li>- обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;</li> <li>- всестороннее физическое совершенствование функций организма;</li> <li>-повышение работоспособности и закаливание.</li> </ul>	<p>Образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование двигательных умений и навыков;</li> <li>- развитие физических качеств;</li> <li>- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.</li> </ul>	<p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;</li> <li>- разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)</li> </ul>
Методы физического развития		
<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наглядно - зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>- наглядно - слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>- тактильно - мышечные приемы (непосредственная</li> </ul>	<p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- вопросы к детям;</li> <li>- образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>- словесная инструкция.</li> </ul>	<p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений без изменения и с изменением;</li> <li>- проведение упражнений в игровой форме;</li> <li>- проведение упражнений в соревновательной форме.</li> </ul>

помощь воспитателя).					
№ п/п	Содержание	группа	Периодичность выполнения	Ответственные	Сроки
1	Оптимизация режима				
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, ст.медсестра	В течение года
	Определение Оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	все возрастные группы		Воспитатели, педагог-психолог, ст.медсестра	В течение года
2	Организация двигательного режима				
	Физкультурные занятия	все возрастные группы	3 раза в неделю (ср., ст., подгот. гр. – 1 занятие на прогулке )	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
	Корригирующая гимнастика после дневного сна	все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений		ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкальные занятия	все возрастные группы	2 раза в неделю	Муз.руководитель, Воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	все возрастные	По плану	Инструктор по физической	В течение года

		группы		культуре, воспитатели	
	Пальчиковая гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно, 3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
	Занятия по здоровому образу жизни	все возрастные группы	Один раз в две недели, в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы	Воспитатели	В течение года
	Утренняя гимнастика	все возрастные группы	Ежедневно перед завтраком	Воспитатели	С июня по сентябрь на улице, с октября по май в помещении
	Физкультминутки	все возрастные группы	Ежедневно, Во время НОД по мере утомляемости детей	Воспитатели	В течение года
3	Охрана психического здоровья				
	Использование приемов релаксации:	все возрастные	Ежедневно несколько раз в	Воспитатели, специалисты	В течение года

	минуты тишины, музыкальные паузы	группы	день		
4	Профилактика заболеваемости				
	Аэрация помещений	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	все возрастные группы	3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	Воспитатели	В течение года
5	Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка				
	Прогулки на воздухе	все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Ходение босиком по «дорожке здоровья»	все возрастные группы	Ежедневно, После дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	все возрастные группы	Во время прогулки, во время НОД	Воспитатели	Июнь – август
	Гимнастика после сна	все возрастные группы	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года