План оздоровительно-профилактических мероприятий

Мероприятие	Адресность форма проведения	Время проведения	Ответственный
Провести медицинское обследование состояния здоровья и физического развития детей	Дети всех групп	Сентябрь, апрель, май	Медицинская сестра
Организовать анкетирование родителей о состоянии здоровья детей	Родители детей всех групп	Сентябрь - октябрь	Медицинская сестра, воспитатели групп
Проводить проветривание помещений, в том числе сквозное	По графику	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
Следить, чтобы дети носили облегченную одежду	Дети всех групп	Ежедневно	Воспитатели
Обеспечить сон при открытых окнах	Дети всех групп	Ежедневно в теплую погоду	Воспитатели
Принимать детей и проводить утреннюю гимнастику на свежем воздухе	Дети всех групп	Ежедневно летом	Воспитатели, инструктор ФИЗО
Умывание прохладной водой	Дети всех групп	Ежедневно	Воспитатели
Воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями	Дети всех групп	Весна, лето	Инструктор ФИЗО
Закаливание солнцем	Индивидуально	В теплое время года (весна, лето, осень)	Воспитатели, медицинская сестра
Закаливание водой, воздухом	Индивидуально	В теплое время года (весна, лето, осень)	Воспитатели, медицинская сестра

Проведение оздоровительных процедур после дневного сна			
Гимнастика пробуждения	Дети всех групп по мере пробуждения	Ежедневно	Воспитатели
Самомассаж ушных раковин, стоп, пальчиковый массаж	Дети всех групп	Ежедневно	Воспитатели
Ходьба по дорожкам здоровья	Дети всех групп поточно	Ежедневно	Воспитатели
Проведение профилактики вирусных инфекций и иммуносберегающих мероприятий			
Полоскать горло прохладной водой	Дети всех групп	Ежедневно	Воспитатели
Проводить точечный массаж	Дети всех групп	Ежедневно	Воспитатели
Обрабатывать бактерицидными лампами группы, спортивный и музыкальный залы		Ежедневно	Помощники воспитателя
Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий (с нагрузкой по группам здоровья)			
Дни здоровья, спортивные праздники, оздоровительные досуги	Дети всех групп	1 раз в месяц	Инструктор ФИЗО
Игры-эстафеты, малоподвижные, подвижные игры	Дети всех групп	2 раза в месяц	Инструктор ФИЗО музыкальный руководитель
Спортивные игры, игровые тренинги	Дети всех групп	Ежедневно	Инструктор ФИЗО
Снижение психического напряжения детей, коррекционная работа			
Применение элементов психогимнастики (по методике М. И. Чистяковой)	Дети всех групп	2 раза в неделю	Инструктор ФИЗО
Артикуляционная гимнастика	Индивидуально и по подгруппам	Ежедневно	Логопед, воспитатель
Дыхательная, зрительная, мимическая, пальчиковая гимнастики, логоритмика	Дети всех групп, по подгруппам	Ежедневно	Логопед, воспитатели

Взаимодействие с родителями в группах, на родительских собраниях и через различные интернет-ресурсы (онлайн-консультации, вебинары) по следующим темам:			
«Формирование у детей навыков личной гигиены»	Консультации (онлайн)	Сентябрь	Воспитатели
«Профилактика и предупреждение инфекционных заболеваний»	Беседы и раздача брошюр с информацией	Ноябрь	Воспитатели
«Как правильно закаливать в раннем возрасте»	Консультации	Декабрь	Воспитатели
«Роль лекарств и витаминов»	Раздача брошюр с информацией	Январь	Воспитатели
«Как оказать первую помощь»	Вебинар	Февраль, май	Воспитатели
«Каким должно быть полноценное питание дошкольника»	Консультации, раздача листовок и брошюр	Сентябрь, март	Воспитатели
«Витамины в жизни наших детей»	Консультации, раздача листовок и брошюр	Октябрь, февраль	Воспитатели