ПРИНЯТ
Заседанием Педагогического совета
от 30 августа 2023 г
Протокол №1

УТВЕРЖДЕН
Приказом от 31.08.2023 №114-од
Заведующий ГБДОУ детский сад № 25
_____ Н.Р.Шулаева

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 25 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 25 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Дата: 2023.09.19 14:34:38 +03'00'

План работы по здоровье сбережению

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 25 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому развитию детей Красносельского района Санкт-Петербурга
на 2023-2024 учебный год

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду

1. Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
2. Сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
3. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.

Формы организации физического воспитания

- Физические занятия в спортивном зале и на спортивной площадке
- Дозированная ходьба
- Физкультминутки
- Физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»
- Утренняя гимнастика
- Бодрящая гимнастика после сна
- Индивидуальная работа с детьми

Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырехразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические. Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений. Достаточный по продолжительности дневной сон детей. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями. Санитарно - просветительская работа с сотрудниками и родителями.

Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно - гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки выполнения ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- ведение систематической работы по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Необходимые условия:

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания, сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей, педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Большой вклад вносят в это музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре и воспитатели групп. В детском саду проходят празднования дни рождения, развлечения и спортивные мероприятия;
- снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно — ролевые игры — драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник — актёр;
- большая роль отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на

психику ребёнка (успокаивает).

План мероприятий по охране и укреплению здоровья воспитанников

Мероприятие	**Срок**	**Ответственный**
Организационные мероприятия		
Составление плана профилактических прививок воспитанников	Сентябрь	Медицинский работник
Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и технических средств обучения для групп	Январь–февраль	Старший воспитатель
Сбор согласий родителей (законных представителей) на проведение мероприятий по оздоровлению воспитанников	Сентябрь	Воспитатели
Организация здоровьесберегающего образовательного процесса		
Организация разнообразного и качественного питания воспитанников Принципы организации питания: – выполнение режима питания; – гигиена приёма пищи; – ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; эстетика организации питания (сервировка); – индивидуальный подход к детям во время приёма пищи – индивидуальная маркировка мебели.	В течение учебного года	Заведующий, старший воспитатели, заведующий хозяйством, медицинская сестра
Организация питьевого режима воспитанников	В течение учебного года	Воспитатели, помощник воспитателя
Расстановка мебели в соответствии с ростовыми и возрастными особенностями детей и нормами СанПиН 1.2.3685-21	Сентябрь, январь	Воспитатели групп
Лечебно-профилактическая работа		

Проведение профилактического осмотра воспитанников на кожные заболевания и педикулез	Ежемесячно, после каникул, болезни и отсутствия по другим причинам	Медицинский работник
Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок воспитанникам	По плану	Медицинский работник
Проведение обследования на раннее выявление туберкулеза	Один раз в год	Медицинский работник
Профилактика травматизма среди воспитанников, учет и анализ всех случаев травм	В течение учебного года	Медицинский работник, старший воспитатель
Спортивно-оздоровительная работа		
• Утренняя гимнастика; • Физкультурно-оздоровительный занятия; • Подвижные игры; • Спортивные игры; • Динамические паузы • Физкультминутки на занятиях	В течение учебного года	Воспитатели, специалисты
Гигиенические и водные процедуры: • Умывание; • Мытье рук; • Обеспечение чистоты среды; • Занятия с водой (центр вода и песок); • Мытье ног (летом); • Обширное умывание.		
Обеспечение здорового ритма жизни: • Щадящий режим (адаптационный период) • Режим на холодный (теплый) период; • Режим дня на случай карантина в группе; • Режим двигательной активности.		
Свето-воздушные ванны:		

• проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • прогулки на свежем воздухе; • обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; • контрастно-воздушные ванны после сна; • солнечные ванны (летом).		
• развлечения, праздники, спортивные досуги; • игры-забавы; • дни здоровья.	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Всемирный день здоровья	Апрель	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Просветительская работа		
Обновление информационных материалов в уголке здоровья	В течение года	Медицинский работник
Консультации для родителей: Воспитание у детей дошкольного возраста здорового образа жизни	Сентябрь	Воспитатели, специалисты
Значение витаминов в рационе ребёнка	Ноябрь	
Как правильно организовать физкультурные занятия для дошкольников в домашних условиях	Январь	
Роль семьи в физическом воспитании ребенка	Март	
Разработка памяток для родителей	В течение учебного года	Медицинский работник
Организация тематической выставки «Мы за здоровый образ жизни»	Апрель	Воспитатели

• родительские собрания; • работа с сайтом; • индивидуальная работа с родителями; • информационные стенды, папки-передвижки.	В течение учебного года	Воспитатели, специалисты