**Комплексный план оздоровительной работы с детьми раннего возраста (2-3 года).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Периодичность, длительность | Ответственные |
| 1. | Комплектование группы, ознакомление родителей с режимом дня, особенностями периода адаптации. | 1-2 месяца после поступления ребенка | заведующий,  врач |
| 2. | Щадящий режим, укороченный день на период адаптации, индивидуальный подход, консультации психолога | индивидуально | воспитатель, врач  педагог |
| 3. | Утренний приём детей с осмотром кожных покровов, термометрией | ежедневно | воспитатель,  медсестра |
| 4. | **Организация рационального питания детей:**  - сбалансированное 5-ти разовое питание  - свободный питьевой режим  - фрукты, соки  - использование йодированной соли  - индивидуальный подход при докармливании детей  - «С» витаминизация 3 блюда, либо напиток (кисель) «Валитек». | ежедневно  постоянно | заведующий,  врач,  воспитатель |
| 5. | **Физическое воспитание детей:**  - утренняя гимнастика  - физкультурное занятие  - динамические паузы на занятиях  - двигательная активность во время прогулки  - гимнастика после дневного сна  - пальчиковая гимнастика, точечный массаж в игровой форме  - физкультурные праздники;  - диагностика уровня физического развития детей | ежедневно  2 раза в неделю по 10 минут  ежедневно  ежедневно  ежедневно  ежедневно  по плану  1 раз в 6 мес. | воспитатель  Инструктор по физо  воспитатель  Мед.работник |
| 6. | **Создание условий для двигательной активности детей:**  - занятия по подгруппам;  - оборудование центра движения в группе;  - индивидуальный режим пробуждения после дневного сна | ежедневно  постоянно  ежедневно | воспитатель |
| 7. | **Система закаливания:**  - обеспечение здорового ритма жизни; | ежедневно | воспитатель.м/сестра |
| - обеспечение температурного режима | проветривание по графику |
| - широкая аэрация помещений | ежедневно |
| - гигиенические процедуры; | ежедневно, по режиму |
| - водные процедуры (мытье рук до локтя и лица холодной водой); | ежедневно, после сна |
| - свето-воздушные ванны; | ежедневно, перед сном |
| -сон без маек | ежедневно |
| - правильно организованные прогулки; | 2 раза в день, согласно режиму дня |
| - босохождение по ребристым дорожкам и шипованным коврикам | ежедневно, перед сном и после сна |
| -физкультурные занятия в облегченной одежде | 2 раза в неделю по 10 минут |
| 8. | **Профилактическая работа:** | | |
|  | - осмотр педиатром | 1 раз в 6 месяца | врач-педиатр |
|  | - антропометрия | 1 раз в 3 месяца | м/сестра |
|  | - обследование на энтеробиоз | 1 раз в год | поликлиника |
|  | - обследование на гельминтозы | 1 раз в год |
|  | - осмотр на педикулез | еженедельно | Воспитатели, м/сестра |
|  | -контроль за санитарным состоянием помещений | ежедневно | администрация и медперсонал |
|  | - профилактические медицинские осмотры узкими специалистами | Согласно приказу  МЗ РФ № 514н от 10 августа 2017г. | поликлиника |
|  | - сан-просвет работа | по плану | медперсонал |
|  | - профилактические мероприятия | по плану |
|  | -вакцинопрофилактика | Согласно национальному календарю профилактических прививок РФ.  Приказ Минздрава России№ 125н от 21.03.14 |

**Комплексный план оздоровительной работы с детьми младшего дошкольного возраста (3-4 года).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Периодичность, длительность | Ответственные |
| 1. | Комплектование группы, ознакомление родителей с режимом дня, особенностями периода адаптации. | 1-2 месяца после поступления ребенка | З  заведующий,  врач |
| 2. | Щадящий режим, укороченный день на период адаптации, индивидуальный подход, консультации психолога | индивидуально | воспитатель, врач  педагог |
| 3. | Утренний приём детей на улице ( при температуре выше -15о) | ежедневно | воспитатель |
| 4. | **Организация рационального питания детей:** | | |
|  | - сбалансированное 5-ти разовое питание  - свободный питьевой режим  - фрукты, соки  - использование йодированной соли  - индивидуальный подход при докармливании детей  - «С» витаминизация 3 блюда, либо напиток (кисель) «Валитек». | ежедневно  постоянно | заведующий,врач,  воспитатель |
| 5. | **Физическое воспитание детей:** | | |
| - утренняя гимнастика | ежедневно | воспитатель |
| - физкультурное занятие в зале  - физкультурное занятие на воздухе | 2 раза в неделю по 15 минут  1 раз в неделю 15 минут | Инструктор по физо  воспитатель |
| - динамические паузы на занятиях | ежедневно | воспитатель |
| - двигательная активность во время прогулки | ежедневно |
| - пробудительная гимнастика после дневного сна | ежедневно |
| - пальчиковая гимнастика, точечный массаж | ежедневно |
| - физкультурные праздники | по плану |
|  | - диагностика уровня физического развития детей | 2 раза в год | Мед.работник |
| 6. | **Создание условий для двигательной активности детей:** | | |
| - занятия по подгруппам;  - оборудование центра движения в группе; | ежедневно  постоянно | воспитатель |
| -оборудование спортивного зала; | постоянно |
| - музыкально – ритмические занятия | 2 раза в неделю по 15 минут | музыкальный руководитель |
| 7. | **Система закаливания:** | | |
| - обеспечение здорового ритма жизни; | ежедневно | воспитатель.  м/ сестра |
| - обеспечение температурного режима | проветривание по графику |
| - гигиенические процедуры; | ежедневно, по режиму |
| - водные процедуры (мытье рук до локтя и лица холодной водой); | ежедневно, после сна |
| - свето-воздушные ванны; | ежедневно, перед сном |
| -сон без маек | ежедневно |
| - прогулки; | 2 раза в день, согласно режиму дня |
| - босохождение по ребристым дорожкам и шипованным коврикам | ежедневно, перед сном и после сна |
| -физкультурные занятия в спортивной форме | 2 раза в неделю по 15 минут | воспитатель |
| 8. | **Профилактическая работа:** | | |
|  | - осмотр педиатром | 1 раз в год | врач-педиатр |
|  | - антропометрия | 1 раз в 6 месяца | м/сестра |
|  | - анкетирование родителей | 1 раз в год | м/сестра |
|  | - обследование на энтеробиоз | 1 раз в год | поликлиника |
|  | - обследование на гельминтозы | 1 раз в год |
|  | - осмотр на педикулез | еженедельно | воспитатели, м/сестра |
|  | -контроль за санитарным состоянием помещений | ежедневно | администрация и медперсонал |
|  | - профилактические медицинские осмотры узкими специалистами | Согласно приказу  МЗ РФ № 514н от 10 августа 2017г. | поликлиника |
|  | - сан-просвет работа | По плану | медперсонал |
|  | - профилактические мероприятия | По плану |
|  | -вакцинопрофилактика | Согласно национальному календарю профилактических прививок РФ.  Приказ Минздрава России№ 125н от 21.03.14 |

**Комплексный план оздоровительной работы с детьми среднего дошкольного возраста (4-5 лет).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Периодичность, длительность | Ответственные |
| 1. | Утренний приём детей на улице | В летний период | воспитатель |
| 2. | **Организация рационального питания детей:** | | |
|  | - сбалансированное 5-ти разовое питание  - свободный питьевой режим  - фрукты, соки  - использование йодированной соли  - «С» витаминизация 3 блюда, либо напиток (кисель) «Валитек». | ежедневно  постоянно | заведующий,врач,  воспитатель |
| 3. | **Физическое воспитание детей:** | | |
| - утренняя гимнастика | ежедневно | воспитатель |
| - физкультурное занятие в зале  - физкультурное занятие на воздухе | 2 раза в неделю по 20 минут  1 раз в неделю 20 минут | Инструктор по физо  воспитатель |
| - динамические паузы на занятиях | ежедневно | воспитатель |
| - двигательная активность во время прогулки | ежедневно |
| - пробудительная гимнастика после дневного сна | ежедневно |
| - пальчиковая гимнастика | ежедневно |
| - физкультурные праздники | по плану |
| - гимнастика для глаз | ежедневно |
| - точечный массаж | ежедневно |
| - диагностика уровня физического развития детей | 2 раза в год | Мед.работник |
| 4. | **Создание условий для двигательной активности детей:** | | |
| - занятия по подгруппам;  - оборудование центра движения в группе; | ежедневно  постоянно | воспитатель |
| -оборудование спортивного зала; |  |
| - музыкально – ритмические занятия | 2 раза в неделю по 15 минут | музыкальный руководитель |
| 5. | **Система закаливания:** | | |
| - обеспечение здорового ритма жизни; | ежедневно | воспитатель.  м/ сестра |
| - обеспечение температурного режима | проветривание по графику |
| - гигиенические процедуры; | ежедневно, по режиму |
| - водные процедуры (мытье рук до локтя и лица холодной водой); | ежедневно, после сна |
| - свето-воздушные ванны; | ежедневно, перед сном |
| -сон без маек | ежедневно |
| - прогулки; | 2 раза в день, согласно режима |
| - босохождение по ребристым дорожкам и шипованным коврикам | ежедневно, перед сном и после сна |
| -физкультурные занятия в спортивной форме | 2 раза в неделю по 20 минут | воспитатель |
|  |  |  |
| 6. | **Профилактическая работа:** | | |
| - осмотр педиатром | 1 раз в год | врач-педиатр |
| - антропометрия | 1 раз в 6 месяца | м/сестра |
| - анкетирование родителей | 1 раз в год | м/сестра |
| - обследование на энтеробиоз | 1 раз в год | поликлиника |
| - обследование на гельминтозы | 1 раз в год |
| - осмотр на педикулез | еженедельно | воспитатели, м/сестра |
| -контроль за санитарным состоянием помещений | ежедневно | администрация и медперсонал |
| - профилактические медицинские осмотры узкими специалистами | Согласно приказу  МЗ РФ № 514н от 10 августа 2017г. | поликлиника |
| - сан-просвет работа | по плану | медперсонал |
| - профилактические мероприятия | по плану |
| -вакцинопрофилактика | Согласно национальному календарю профилактических прививок РФ.  Приказ Минздрава России№ 125н от 21.03.14 |

**Комплексный план оздоровительной работы с детьми старшего дошкольного возраста (5-6 лет).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Периодичность, длительность | Ответственные |
| 1. | Утренний приём детей на улице | Летний период | воспитатель |
| 2. | **Организация рационального питания детей:** | | |
|  | - сбалансированное 5-ти разовое питание  - свободный питьевой режим  - фрукты, соки  - использование йодированной соли  - «С» витаминизация 3 блюда, либо напиток (кисель) «Валитек». | ежедневно  постоянно | заведующий,врач,  воспитатель |
| 3. | **Физическое воспитание детей:** | | |
| - утренняя гимнастика | ежедневно | воспитатель |
| - физкультурное занятие в зале  - физкультурное занятие на воздухе | 2 раза в неделю по 25 минут  1 раз в неделю 25 минут (июнь – сентябрь) | Инструктор по физо  воспитатель |
| - динамические паузы на занятиях | ежедневно | воспитатель |
| - двигательная активность во время прогулки | ежедневно |
| - пробудительная гимнастика после дневного сна | ежедневно |
| - пальчиковая гимнастика | ежедневно |
| - физкультурные праздники | по плану |
| - гимнастика для глаз | ежедневно |
| - точечный массаж, массаж ушных раковин | ежедневно |
| - диагностика уровня физического развития детей | 2 раза в год | Мед.работник |
| 4. | **Создание условий для двигательной активности детей:** | | |
| - занятия по подгруппам;  - оборудование центра движения в группе; | ежедневно  постоянно | воспитатель |
| -оборудование спортивного зала; | постоянно |
| - музыкально – ритмические занятия | 2 раза в неделю по 25 минут | музыкальный руководитель |
| 5. | **Система закаливания:** | | |
| - обеспечение здорового ритма жизни; | ежедневно | воспитатель.  м/ сестра |
| - обеспечение температурного режима | проветривание по графику |
| - гигиенические процедуры; | ежедневно, по режиму |
| - водные процедуры (мытье рук до плеча, шеи и лица холодной водой); | ежедневно, после сна |
| - свето-воздушные ванны; | ежедневно, перед сном |
| -сон без маек и подушек | ежедневно |
| - прогулки; | 2 раза в день, согласно режима |
| - босохождение по ребристым дорожкам и шипованным коврикам | ежедневно, перед сном и после сна |
| -физкультурные занятия в спортивной форме | 2 раза в неделю по 25 минут | воспитатель |
| 6. | **Профилактическая работа:** | | |
| - осмотр педиатром | 1 раз в год | врач-педиатр |
| - антропометрия | 1 раз в 6 месяца | м/сестра |
| - анкетирование родителей и плантограмма | 1 раз в год | м/сестра |
| - обследование на энтеробиоз | 1 раз в год | поликлиника |
| - обследование на гельминтозы | 1 раз в год |
| - осмотр на педикулез | еженедельно | воспитатели, м/сестра |
| -контроль за санитарным состоянием помещений | ежедневно | администрация и медперсонал |
| - профилактические медицинские осмотры узкими специалистами | Согласно приказу  МЗ РФ № 514н от 10 августа 2017г. | поликлиника |
| - сан-просвет работа | по плану | медперсонал |
| - профилактические мероприятия | по плану |
| -вакцинопрофилактика | Согласно национальному календарю профилактических прививок РФ.  Приказ Минздрава России№ 125н от 21.03.14 |

**Комплексный план оздоровительной работы с детьми старшего дошкольного возраста (6-7 лет).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Периодичность, длительность | Ответственные |
| 1. | Утренний приём детей на улице | Летний период | воспитатель |
| 2. | **Организация рационального питания детей:** | | |
|  | - сбалансированное 5-ти разовое питание  - свободный питьевой режим  - фрукты, соки  - использование йодированной соли  - «С» витаминизация 3 блюда, либо напиток (кисель) «Валитек». | ежедневно  постоянно | заведующий,врач,  воспитатель |
| 3. | **Физическое воспитание детей:** | | |
| - утренняя гимнастика | ежедневно | воспитатель |
| - физкультурное занятие в зале  - физкультурное занятие на воздухе | 2 раза в неделю по 30 минут  1 раз в неделю 30 минут (июнь – сентябрь) | Инструктор по физо  воспитатель |
| - динамические паузы на занятиях | ежедневно | воспитатель |
| - двигательная активность во время прогулки | ежедневно |
| - пробудительная гимнастика после дневного сна | ежедневно |
| - пальчиковая гимнастика | ежедневно |
| - физкультурные праздники | по плану |
| - гимнастика для глаз | ежедневно |
| - точечный массаж, массаж ушных раковин | ежедневно |
| - диагностика уровня физического развития детей | 2 раза в год | Мед.работник |
| 4. | **Создание условий для двигательной активности детей:** | | |
| - занятия по подгруппам;  - оборудование центра движения в группе; | ежедневно  постоянно | воспитатель |
| -оборудование спортивного зала; | постоянно |
| - музыкально – ритмические занятия | 2 раза в неделю по 30 минут | музыкальный руководитель |
| 5. | **Система закаливания:** | | |
| - обеспечение здорового ритма жизни; | ежедневно | воспитатель.  м/сестра |
| - обеспечение температурного режима | проветривание по графику |
| - гигиенические процедуры; | ежедневно, по режиму |
| - водные процедуры (мытье рук до плеча, шеи и лица холодной водой); | ежедневно, после сна |
| - свето-воздушные ванны; | ежедневно, перед сном |
| -сон без маек | ежедневно |
| - прогулки; | 2 раза в день, согласно режима |
| - босохождение по ребристым дорожкам и шипованным коврикам | ежедневно, перед сном и после сна |
| -физкультурные занятия в спортивной форме | 2 раза в неделю по 30 минут | воспитатель |
| 6. | **Профилактическая работа:** | | |
| - осмотр педиатром | 1 раз в год | врач-педиатр |
| - профилактические медицинские осмотры узкими специалистами | Согласно приказу  МЗ РФ № 514н от 10 августа 2017г. | поликлиника |
| - антропометрия | 1 раз в 6 месяца | м/сестра  м/сестра |
| - анкетирование родителей и плантограмма | 1 раз в год |
| - обследование на энтеробиоз | 1 раз в год |
| - обследование на гельминтозы | 1 раз в год |
| - осмотр на педикулез | еженедельно | воспитатели, м/сестра |
| -контроль за санитарным состоянием помещений | ежедневно | администрация и медперсонал |
| - Индивидуальное консультирование узкими специалистами | по показаниям | поликлиника |
| - сан-просвет работа | по плану | медперсонал |
| - профилактические мероприятия | по плану |
| -вакцинопрофилактика | Согласно национальному календарю профилактических прививок РФ.  Приказ Минздрава России№ 125н от 21.03.14 |