

## Охрана и укрепление здоровья воспитанников

С целью охраны и укрепления здоровья воспитанников наш детский сад обеспечивает:

1. Определение уровня физического развития:

Определение уровня физической подготовленности детей проводится 2 раза в год (в сентябре и мае) медсестрой и воспитателями групп.

2. Диспансеризация

Средняя, старшая, подготовительная - 1 раз в год

Специалисты детской поликлиники, медсестра, врач из поликлиники

3. Организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом

1. Организация двигательной деятельности

Утренняя гимнастика

Все группы

Ежедневно

Воспитатели групп или инструктор по физкультуре

2. Физическая культура

А) в зале Б) на воздухе

Все группы 3 раза в неделю

А) 2 раза Б) 1 раз

Инструктор по физкультуре Воспитатели групп

3. Подвижные игры

Все группы 2 раза в день

Воспитатели групп

4. Гимнастика после дневного сна

Все группы

Ежедневно

Инструктор по физкультуре Воспитатели групп

5. Спортивные упражнения

Все группы 2 раза в неделю

Инструктор по физико Воспитатели групп

6. Спортивные игры

Старшая, подготовительная группы 2 раза в неделю

Инструктор по физико Воспитатели групп

7. Физкультурные досуги

Все 1 раз в месяц

Инструктор по физкультуре

8. Физкультурные праздники

Все 2 раза в год

Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп.

9. Неделя здоровья

Все группы, кроме ясельной

В каникулярный период 2 раза в год

Инструктор по физкультуре, медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп.

10.Каникулы

Все группы 2 раза в год

Все педагоги

2.Профилактические мероприятия

1.Витаминотерапия

Все группы ежедневно

медсестра

2Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры ,работа с род.)

Все группы

В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)

Медсестра

3.Пальчиковые игры

Все группы

4.Закаливание

Контрастные воздушные ванны

Все группы

После дневного сна, на физкультурных занятиях

Воспитатели, инструктор по физкультуре.

2.Ходьба в носочках 1 мл.группа

После сна, на занятии физкультурой в зале

Воспитатели, инструктор по физкультуре

3.Ходьба босиком мл.-подг.

После сна, на занятии физкультурой в зале

Воспитатели, инструктор по физкультуре

4.Облегченная одежда детей

Все группы В течение дня

Воспитатели, помощник воспитателя

6.Мытье рук, лица, шеи прохладной водой

Все группы В течение дня

Воспитатели, помощник воспитателя

7.солнечные ванны

Все группы, кроме ясельной

В период летних каникул

Воспитатели, медсестра

8.Полоскание горла 2мл.-подг.