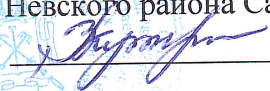


СОГЛАСОВАН:

педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №122
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 29.08. 2025 года

УТВЕРЖДЕН:

Приказом № 120 от 28.08.2025
Заведующий ГБДОУ детский сад №122
Невского района Санкт-Петербурга
 Е.В.Кулякова



**План мероприятий
по сохранению и укреплению здоровья воспитанников
в ГБДОУ детский сад №122 Невского района Санкт-Петербурга
на 2025 – 2026 учебный год**

Санкт-Петербург
2025г.

Цель: Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, организации здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Задачи:

1. Создание условий для двигательной активности и физического развития детей (музыкальный и физкультурный зал, физкультурных центров во всех возрастных группах).
2. Использование здоровьесберегающих технологий и оздоровительных методик в работе ДОУ.
3. Взаимодействие с родителями и социумом по созданию здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

№п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственные
1. Оптимизация режима				
1.1	Организация пребывания детей в ДОУ, в соответствии с возрастными особенностями, согласно, утверждённого режима для всех возрастных групп на тёплый и холодный период времени года.	Все возрастные группы	Ежегодно	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
1.2	Организация процесса адаптации вновь прибывших детей в группе. Ведение листов адаптации при поступлении детей в детский сад.	Группа раннего возраста	Ежегодно	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
1.3	Организация прогулок : первую половина дня и вторую половина дня не менее 3-х часов	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.4	Организация дневного сна в соответствии с возрастными особенностями, согласно, установленного режима.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.5	Организация ОД (занятий) в соответствии с СанПиН, обязательное проведение физкультминутки в середине ОД (занятий).	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
1.6	Организация 4-х разового питания: 1 завтрак, 2 завтрак, обед, уплотнённый полдник.	Все возрастные группы	Ежедневно	Повара Воспитатели Помощники воспитателя
2. Физкультурно – оздоровительная и профилактическая работа				
2.1	Организация занятий по физическому развитию детей 3 раза в неделю: 2 раза – физкультурный зал/группа 1 раз – на открытом воздухе	Все возрастные группы	Ежегодно	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
2.2	Организация бесед с детьми по валеологии.	Все возрастные группы старшего	Согласно, планам воспитателей	Воспитатели

2.3	Организация утренней гимнастики. Холодный период года - группа. Тёплый период года – улица.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.4	Организация : -спортивных вечеров досуга -праздника здоровья.	Все возрастные группы Средние Старшие Подготовительные	Ежемесячно 2 раза в год	Воспитатели Инструктор по физической культуре
2.5	Организация воздушных, солнечных ванн в режимных моментах, гимнастика после сна.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.6	Организация водных процедур (гигиеническое умывание , мытьё рук перед приёмом пищи и по мере загрязнения) Гигиеническое обливание ног перед дневным сном, хождения по тропинки здоровья – тёплый период года.	Все возрастные группы	Ежедневно Июнь, июль, август	Воспитатели Помощники воспитателя
2.7	Ходьба босиком с целью закаливания и профилактики плоскостопия.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.8	Проведение дыхательной гимнастики с целью нормализации дыхания и сопротивляемости организма.	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
2.9	Использование релаксационных пауз: - минутки тишины - музыкальные паузы	Все возрастные группы	Согласно, планам воспитателей, специалистов	Воспитатели Специалисты
3.0	Использование традиционного и нетрадиционного оборудования в совместной и самостоятельной деятельности детей .	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
3.1	Организация проведения профилактических прививок согласно, календаря прививок.	Все возрастные группы	Согласно плана детской поликлиники №45	Старшая медсестра
3.2	Организация проведения профилактических мер против гриппа и вирусных заболеваний:	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели. Помощники воспитателя

	- систематическое проветривание, - влажная уборка, - использование бактериальной установки для обеззараживания воздуха.			
3.3	Обеспечение полноценного, рационального, здорового питания: - использование в меню детей фруктов, овощей, фруктовых соков, напитков из ягод, кисломолочные продукты и т.д.	Все возрастные группы	Ежедневно	Администрация ГБДОУ
4. Мониторинг уровня физического развития и состояния здоровья детей				
4.1	Диагностика физической подготовленности детей (2 раза в год: начало и конец года)	Все возрастные группы	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.2	Мониторинг физического развития детей (рост, вес, объём груди, группа здоровья)	Все возрастные группы	2 раза в год	Старшая медсестра Воспитатели
4.3	Организация утреннего приёма с определением состояния детей, бесконтактной термометрией	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели
5. Взаимодействие с родителями				
5.1	Организация родительских собраний посвящённых сохранению и укреплению здоровья детей.	Все возрастные группы	Согласно, плана воспитателя	Воспитатели
5.2	Информационная и наглядная пропаганда о ЗОЖ: - на стендах во всех возрастных группах, - сайт детского сада - папки передвижки, - стенгазеты.	Все возрастные группы	Систематическое	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
5.3	Консультации, беседы, семинары, практикумы с родителями по оздоровлению детей, используя современные методы и приёмы.	Все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
5.4	Активное участие родителей в спортивных праздниках, соревнованиях	Все возрастные группы	Согласно планов проводимых мероприятий.	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели
5.5.	Анкетирование родителей	Все возрастные группы		Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели

6.Повышение компетентности педагогов в вопросах укрепления и сохранения здоровья детей.				
6.1	Организация выставок методической литературы на тему « Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы с детьми» (Опыт работы педагогов)			Зам.заведующего Ст. воспитатель
6.2	Организация посещения открытых районных методических объединений. Просмотр открытых занятий, опыта работы.			Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели Специалисты
6.3	Самообразование педагогов на тему: «Сохранение и укрепление здоровья воспитанников»			Воспитатели Специалисты
6.4	Проектная деятельность по реализации физкультурно – оздоровительного направления в ДОУ.			Воспитатели Специалисты
7.Работа с социумом				
7.1	Участие в районных, городских и региональных мероприятиях		В течение года по мере проведения	Зам.заведующего Ст. воспитатель Воспитатели Специалисты
7.2.	Совместные мероприятия с социальными партнерами		В течение года по плану работы	Зам.заведующего Ст. воспитатель