

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА  
С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-  
РЕЧЕВОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ  
ВОСПИТАННИКОВ  
№100 «ЖАР-ПТИЦА»

Ул. Ахметшина, дом 109, город Набережные  
Челны, 423814

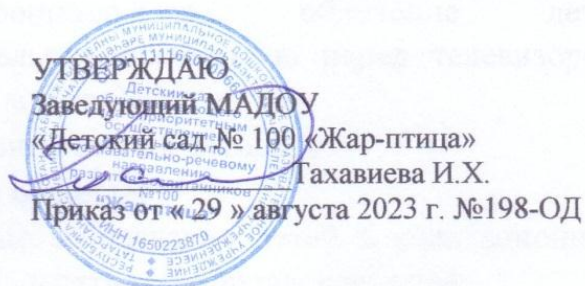


ЯР ЧАЛЛЫ ШӘҖӘРЕНЕҢ «100 НЧЕ «АЛТЫН  
КАУРЫЙЛЫ КОШ» БАЛАЛАРНЫҢ ТАНЫП  
БЕЛУ, СӨЙЛӘМ ҮСЕШЕН ӨСТЕНЛЕКЛЕ  
ГАМӘЛГӘ АШЫРУЧЫ  
ГОМУМУСТЕРЕЛЕШЛЕ БАЛАЛАР  
БАКЧАСЫ» МУНИЦИПАЛЬ АВТОНОМИЯЛЕ  
МӘКТӘПКӘЧӘ БЕЛЕМ БИРУ  
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ»

Әхмәтшин урамы, 109, Яр Чаллы шәһәре, 423814

Телефон (8552) 58-40-15, Факс (8552) 58-41-30. E-mail: sad100@list.ru

Рассмотрено и принято  
Педагогическим советом  
МАДОУ «Детский сад №100 «Жар-птица»  
Протокол от « 29 » августа 2023 г. №1



## ПЛАН ОЗДОРОВЛЕНИЯ МАДОУ «Детский сад №100 «Жар-птица»

г.Набережные Челны

Одной из основных задач, стоящих перед педагогами, является воспитание здорового поколения. За последние годы состояние здоровья детей постоянно ухудшается. Это вызвано рядом факторов:

- Дискомфортные условия для проживания человека в разных регионах. Быстрое истощение резервных возможностей организма зимой, резкие перепады атмосферного давления, температуры, высокая влажность воздуха и т.д.
- Ухудшение экологической обстановки, некачественная вода, химические добавки в продуктах питания, возрастающее светомерцающее, электронно-лучевое облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, постоянно звучащая громкая музыка).
- Значительное ограничение двигательной активности.
- Социальная напряженность в обществе.

Частые простудные, респираторные заболевания детей в адаптационный период вызвали потребность углубленно заняться оздоровлением детей.

Поэтому и возникла потребность в разработке плана оздоровительной направленности. Для выработки грамотных, эффективных действий был составлен план оздоровительной работы, который стал инструментом ориентации и интеграции усилий всего коллектива к будущим желаемым результатам, но уже не с позиции сегодняшнего дня, а с учетом перспективы.

Данный план был разработан на основе исходной оценки всей системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ:

- Анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- Научно-методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- Комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка, индекс здоровья и т.д.);
- Анализ результатов физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- Характеристика физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

План оздоровления детей  
МАДОУ «Детский сад №100 «Жар-птица»

№ п/п	Содержание	Группа	Особенности организации	Ответственные	Сроки исполнения
1. Организация режима					
1.1.	Организация жизни детей, в том числе в адаптационный период, создания комфортного режима	Все группы	Ежедневно, в течение всего дня	Воспитатели, врачи, старшая медсестра	В течение года
2. Организация двигательного режима					
2.1.	Утренняя гимнастика	Ранний возраст, младшие группы	Ежедневно в группе (в летний период на открытом воздухе)	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
		Средние, старшие, подготовительные группы	Ежедневно в зале (в летний период на открытом воздухе)		
2.2.	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	Младшие группы	Два раза в неделю по подгруппам – дифференцировано с учетом групп здоровья, уровня двигательной активности детей и уровня освоения двигательных навыков	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
		Средние, старшие, подготовительные группы	Три раза в неделю с учетом дифференцированного подхода		
2.3.	Двигательные паузы	Все группы	Во время большого перерыва между ООД (с преобладанием статических пауз)	Воспитатели	В течение года
2.4.	Физкультминутки	Все группы	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия	Воспитатели	В течение года
2.5.	Оздоровительная гимнастика после сна	Все группы	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей	Воспитатели, старшая медсестра	В течение года
2.6.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно, во время дневной прогулки, подгруппами, подобранными с	Воспитатели, узкие специалисты	В течение года
2.7.	Физкультурные	Все группы		Воспитатели	В течение

	упражнения на прогулке		учетом уровня двигательной активности детей		года
2.8.	Физкультурные досуги	Все группы	Один раз в месяц, на воздухе совместно со сверстниками одной – двух групп	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
2.9.	Спортивные праздники	Средние, старшие, подготовительные группы	Один раз в год, внутри детского сада	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
2.10.	Неделя здоровья (каникулы)	Все группы	Два раза в год. Организованная образовательная деятельность (не физкультурная) – не проводится	Воспитатели, старшая медсестра	В течение года
2.11.	Самостоятельная двигательная активность	Все группы	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей	Воспитатели	В течение года
2.12.	Индивидуальная работа	Все группы	Ежедневно, во время прогулки	Воспитатели	В течение года
<b>3. Охрана психического здоровья</b>					
3.1.	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	Ежедневно, несколько раз в день	Воспитатели, узкие специалисты	В течение года
<b>4. Профилактика заболеваний</b>					
4.1.	Дыхательная гимнастика	Все группы	Ежедневно, во время утренней гимнастики, после сна, физкультурных занятий	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
<b>5. Оздоровление фитонцидами</b>					
5.1.	Оздоровление луком, чесноком	Все группы	Во время обеда	Воспитатели, младшие воспитатели	Сентябрь Ноябрь Февраль
5.2.	Ароматизация помещений (чесночные амулеты)	Все группы	Ежедневно, в течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели, старшая медсестра	Сентябрь Ноябрь Февраль

6. Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка					
6.1.	Утренний прием на свежем воздухе	Все группы	Ежедневно в летнее время	Воспитатели	В теплое время года
6.2.	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
6.3.	Прогулки на воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
6.4.	Босохождение по «дорожке здоровья»	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор ФК	В течение года
6.5.	Босохождение по траве	Все группы	Ежедневно в летнее время	Воспитатели, инструктор ФК	Июнь Июль Август
6.6.	Полоскание горла кипяченой и охлажденной подсоленной водой	Младшие, средние, старшие, подготовительные группы	Ежедневно, после обеда	Воспитатели, старшая медсестра	В течение года
6.7.	Игры с водой	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, младшие воспитатели	Июнь Июль Август
6.8.	Сон с доступом свежего воздуха	Все группы	Ежедневно, в зависимости от температуры в помещении спальни	Воспитатели	В течение года

План оздоровления сотрудников  
МАДОУ «Детский сад №100 «Жар-птица»

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
<b>Спортивно-оздоровительные мероприятия</b>				
1.	Малый сабантуй	По графику Управления образования	Инструктор ФК, ст. медсестра, председатель ППО	Май- июнь
2.	Кросс наций	По графику Управления образования	Инструктор ФК, ст. медсестра, председатель ППО	Сентябрь- октябрь
3.	Велоспорт	По графику Управления образования	Инструктор ФК, ст. медсестра, председатель ППО	Май
4.	Плавание	По графику	Инструктор ФК,	Март

		Управления образования	ст. медсестра, председатель ППО	
5.	Лыжные гонки	По графику Управления образования	Инструктор ФК, ст. медсестра, председатель ППО	Февраль
6.	Настольный теннис	По графику Управления образования	Инструктор ФК, ст. медсестра, председатель ППО	Декабрь
<b>Нетрадиционные методы оздоровления</b>				
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре	В течение года
8.	Психотерапия	1 раз в неделю	Педагог-психолог	В течение года
9.	Су-Джок терапия	1 раз в неделю	Старшая медсестра, воспитатели	В течение года
10.	Ароматерапия	1 раз в месяц в течение 10 дней	Медсестра	Октябрь-март
11.	Элементы йоги	1 раз в неделю	Тренер по йоге	В течение года
12.	Фитнес для взрослых с элементами ЛФК	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре	В течение года
13.	Дыхательная гимнастика	2 раза в неделю	Медсестра	В течение года
<b>Лечебно-профилактическая работа</b>				
14.	100 % вакцинация	1 раз в год	Старшая медсестра	Октябрь
15.	Витаминотерапия	2 раза в год	Медсестра	Весна - осень
16.	Тубус – кварц ЛОР органов	По назначению терапевта	Медсестра	В течение года
<b>Оздоровление фитонцидами</b>				
17.	«Волшебная приправа» чесочно-луковая	Перед обедом	Медсестра	Ноябрь- март
<b>Клуб здоровья ЗОЖ</b>				
18.	Консультация «Принципы построения оздоровительно - развивающей работы»	1 раз в месяц	Медсестра	Сентябрь
19.	Консультация «Организация здоровьесберегающего пространства для профилактики физических и эмоциональных перегрузок»	1 раз в месяц	Медсестра	Октябрь
20.	Презентация «Использование	1 раз в месяц	Медсестра	Ноябрь

	нетрадиционных и здоровье сберегающих технологий в оздоровлении детей»			
21.	Консультация «Быть здоровыми хотим»	1 раз в месяц	Медсестра	Декабрь

ПРОШНУРОВАНО  
ПРОНУМЕРОВАНО

Листа (ов)

Заведуючий МАДЮУ «Детективний сад №100  
«Жар-птиця» Державної служби по  
розшуку правопорушників



Table with 4 columns and multiple rows. The text is extremely faint and mostly illegible. The columns appear to contain dates, names, and other administrative data. A large handwritten mark resembling a stylized 'S' or '3' is drawn across the middle of the table.