

**Перспективный план улучшения здоровья детей
ГБОУ СОШ №10г.о.Кинель
структурного подразделения детского сада «Лучик»
на 2024-2025 учебный год**

№	Мероприятия	Группы	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1. Оптимизация режима					
1.1	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортной среды	Все группы	ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В теч. года
1.2	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом индивидуальных и возрастных особенностей	Все группы	ежедневно	Педагог-психолог, медсестра	В теч. года
2. Организация двигательного режима					
2.1	Занятия по физическому развитию	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по ФИЗО	В теч. года
2.2	Утренняя гимнастика	Все группы	ежедневно	Инструктор по ФИЗО, воспитатели	В теч.года
2.3	Гимнастика после сна	Все группы	ежедневно	воспитатели	В теч.года
2.4	Прогулка с включением подвижных игр	Все группы	ежедневно	воспитатели	В теч. года
2.5	Музыкально-ритмическая деятельность	Все группы	2 раза в неделю	Муз.руководитель	В теч. года
2.6	Спортивный досуг	Все группы	По плану	Инструктор по ФИЗО, воспитатели	В теч. года
2.7	Пальчиковая гимнастика	Все группы	3-4 раза в день	Воспитатель, учитель-логопед, педагог-психолог	В теч. года
2.8	Дыхательная гимнастика	Все группы	ежедневно	Педагоги	В теч. года
2.9	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	ежедневно	Инструктор по ФИЗО, воспитатели	В теч. года
2.10	Самостоятельная двигательная активность	Все группы	ежедневно	Инструктор по ФИЗО, воспитатели	В теч. года
3. Охрана психического здоровья					
3.1	Использование приемов релаксации: минут тишины, психогимнастики,	Все группы	ежедневно	Педагог-психолог, воспитатели	В теч. года

	музыкальные паузы				
4. Профилактика заболеваемости					
4.1	Гимнастика глаз	Все группы	ежедневно	воспитатели	В теч. года
4.2	Чесночные и луковые закуска	Все группы	Перед обедом	Воспитатели, медсестра	Декабрь - апрель
5. Закаливание с учетом состояния здоровья					
5.1	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону)	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В теч. года
5.2	Прогулка на свежем воздухе	Все группы	ежедневно	Воспитатели	В теч. года
5.3	Обширное умывание	Все группы	Ежедневно	Воспитатели	В теч. года
5.4	Игры с водой	Все группы	На прогулке	Воспитатели	Июнь-август
5.5	Полоскание зева кипяченой водой	Все группы	После приема пищи	Воспитатели	В теч. года
5.6	Проветривание помещений	Все группы	По графику	Помощник воспитателя, медсестра	В теч. года
6.Витаминотерапия					
6.1	Витаминация третьего блюда (Чай с лимоном, клюквой, шиповником)	Все группы	ежедневно	медсестра	В теч. года
7.Физиопроцедуры					
7.1	Кварцевание помещений	Все группы	постоянно	медсестра	Сентябрь-май
7.2	Аэроионизация воздуха (лампа Чижевского)	Все группы	постоянно	медсестра	Осень-весна
7.3	Бактерицидные лампы	Все группы и помещения для занятий	постоянно	медсестра	В теч года
8.Коррекция недостатков в развитии детей					
8.1	Индивидуальная и подгрупповая коррекционно-развивающая деятельность с педагогом-психологом	Дети с ОВЗ	По плану педагога- психолога	Педагог-психолог	В теч. года
8.2	Индивидуальная и подгрупповая коррекционно-развивающая деятельность с учителем-логопедом	Дети с ОВЗ	По плану учителя- логопеда	Учитель-логопед	В теч.года
8.3	Индивидуальные занятия с воспитателем по рекомендациям специалистов	Дети с ОВЗ	ежедневно	Воспитатели	В теч. года

**График проведения профилактических мероприятий
в ГБОУ СОШ №10 г.о.Кинель СП д/с «Лучик» на 2024-2025 учебный год**

№	Мероприятие	Группы, время в режиме дня				Цикличность проведения	Ответственный
		<i>1 младшая</i>	<i>Средняя</i>	<i>Старшая</i>	<i>Подготовительная</i>		
1	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10 (в группе)	8.00-8.10 (в группе)	8.00-8.10 (в зале)	8.15-8.25 (в зале)	1 раз в день	Инструктор по физ.культуре, Воспитатели
2	Гимнастика после сна	15.20	15.20	15.20	15.20	1 раз в день	Воспитатели, Инструктор по физ.культуре
3	Пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	В теч.дня	3-4 раза в день	Воспитатели, логопед, инстр. по физ. культуре
4	Подвижные игры	Утром, на физкультурных занятиях, на прогулках				3-4 раза в день	Инструктор по физ культуре, воспитатели
6	Обширное умывание	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	1 раз в день	Медсестра, воспитатели
7	Образовательная деятельность по ЗОЖ	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	1-2 раза в нед.	Воспитатели
8	Полоскание зева кипяченой водой	После приема пищи	После приема пищи	После приема пищи	После приема пищи	4 раза в день	Воспитатели
9	Гимнастика глаз	В теч.дня	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	1 раз в день	Воспитатели, инструктор. по физ культуре
10	Прогулка на свежем воздухе	11.00-12.00 16.30-18.00	10.40-12.00 17.00 -18.30	10.30-12.30 17.00-18.30	11.00-12.30 16.40-18.30	2 раза в день	Воспитатели
11	Воздушные ванны (облегченная одежда в зависимости от	После сна	После сна	После сна	После сна	1 раз в день	Воспитатели

	температурного режима)						
12	Проветривание помещений	11.15 – 11.45	11.20 – 11.50	11.30 – 12.00	11.40-12.10	<u>Сквозное 1 раз в день,</u> частичное проветривание постоянно	Помощники воспитателя
13	«Волшебная приправа» -лук, чеснок	Обед	Обед	Обед	Обед	1 раз в день осень- весна	Медсестра, воспитатели
14	Аэрофитотерапия с маслом лаванды, пихты	1-я пол. дня	1-я пол. дня	1-я пол. дня	1-я пол. дня	1 раз в день с чередованием по 5 дней в теч.месяца (октябрь, декабрь, февраль)	Медсестра, Воспитатели
15	Аэроионизация воздуха (лампа Чижевского)	В теч. дня	В теч. дня	В теч.дня	В теч. дня	Постоянно Осень-весна	Медсестра, Воспитатели
16	Чай с лимоном, клюквой, шиповником, фитотерапия	Обед	Обед	Обед	Обед	1 раз в день осень- весна	Медсестра
17	С-витаминизация третьего блюда	Обед	Обед	Обед	Обед	1 раз в день постоянно в теч. года	Медсестра
19	Кварцевание помещений	Во время прогулки	Во время прогулки	Во время прогулки	Во время прогулки	1 раз в день осень-зима	Медсестра
20	Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	В теч. дня	1, 2 раза в день	Воспитатели, психолог

