

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение  
Кумылженский детский сад №1  
Кумылженского муниципального района Волгоградской области

Рассмотрен  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
От «29» августа 2025 г.

Утверждено:  
Заведующий МКДОУ  
Кумылженский д/с №1  
Калмыкова М.Л.  
Приказ № 5  
от «01» сентября 2025 г.



**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ  
ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ВОСПИТАННИКОВ  
на 2025-2026 учебный год**

**Цель:** Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, снижение заболеваемости, формирование у воспитанников и их родителей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1. Совершенствовать систему закаливающих процедур с использованием здоровьесберегающих технологий.
2. Снизить уровень заболеваемости ОРВИ и гриппом в осенне-весенний период.
3. Усилить профилактическую работу по предупреждению нарушений опорно-двигательного аппарата (осанка, плоскостопие) и зрения.
4. Повысить компетентность родителей в вопросах оздоровления детей в домашних условиях.

### 1. Организационно-методическая работа

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный	Ожидаемый результат
1.1	Разработка и корректировка маршрутов здоровья для вновь поступивших детей и детей группы ЧБД (часто болеющие).	Сентябрь	Ст. воспитатель, воспитатели	Индивидуальный подход к оздоровлению
1.2	Инструктаж с сотрудниками по охране жизни и здоровья детей, профилактике травматизма.	Сентябрь, Январь	Ст. воспитатель	Снижение риска травматизма
1.3	Оснащение и пополнение "Уголков здоровья" в группах методическими материалами для работы с детьми.	В течение года	Воспитатели	Наглядная агитация для детей
1.4	Смотр-конкурс на лучшее физкультурное оборудование в группе (нестандартное оборудование).	Декабрь	Ст. воспитатель	Активизация творческого потенциала педагогов

## 2. Лечебно-профилактическая работа и санитарно-гигиенические мероприятия

№ Мероприятие	Сроки	Ответственный	Примечание
2.1 Ежедневный утренний фильтр с термометрией. Выявление больных детей.	Ежедневно	Воспитатели	Контроль состояния здоровья
2.2 Проведение плановых профилактических прививок согласно Национальному календарю.	По графику поликлиники	Медсестра дет. поликлиники	Иммунизация детей
2.3 Вакцинация против гриппа сотрудников и детей (с согласия родителей).	Сентябрь-Октябрь	Медсестра дет. поликлиники	Создание коллективного иммунитета
2.4 Кварцевание групп в период повышенной заболеваемости.	По графику	Помощники воспитателя	Профилактика ОРВИ
2.5 Контроль за соблюдением питьевого режима и режима проветривания.	Ежедневно	Администрация	Санитарная безопасность
2.6 Профилактические осмотры детей врачами-специалистами.	По графику поликлиники	Медсестра дет. поликлиники	Раннее выявление патологий

### 3. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми

№	Мероприятие	Группы	Периодичность	Ответственный
3.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.2	Гимнастика после сна (пробуждения), ходьба по массажным дорожкам	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.3	Физкультурные занятия (в зале)	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели
3.4	Физкультурные занятия на свежем воздухе	Средние, старшие, подг.	1 раз в неделю (в теплое время)	Воспитатели
3.5	Пальчиковая, дыхательная, зрительная гимнастика	Все группы	Ежедневно в режимных моментах	Воспитатели
3.6	Подвижные игры на прогулке и спортивные упражнения	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.7	Динамические паузы, физминутки на занятиях	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.8	Корригирующая гимнастика (профилактика плоскостопия, осанки)	Средние, старшие	Вторая половина дня	Воспитатели
3.9	Коррекция зрения (специальные упражнения)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.10	Самомассаж (игровой, точечный)	Старшие группы	2 раза в неделю	Воспитатели

#### 4. Физкультурно-массовые мероприятия и праздники

№	Мероприятие	Сроки	Группы	Ответственный
4.1	"День знаний" (спортивно-игровая программа)	Сентябрь	Ст., подг.	Ст. воспитатель
4.2	Неделя здоровья (согласно отдельному плану)	Октябрь	Все группы	Ст. воспитатель
4.3	Спортивный праздник "Мама, папа, я — спортивная семья"	Ноябрь	Старшие группы	Ст. воспитатель
4.4	Зимние забавы на улице (катание на санках, ледяные дорожки)	Декабрь- Январь	Все группы	Воспитатели
4.5	День защитника Отечества (эстафеты)	Февраль	Ст., подг.	Муз. руководитель
4.6	Проводы зимы (Масленица) - народные игры	Февраль-Март	Все группы	Муз. руководитель, воспитатели
4.7	"День смеха" (спортивно-развлекательное мероприятие)	Апрель	Ст., ст.	Ст. воспитатель
4.8	"Веселые старты" (итоговое мероприятие)	Май	Ст., подг.	Ст. воспитатель
4.9	Летняя спартакиада дошкольников	Июнь-Июль	Все группы	Ст. воспитатель
4.10	День Нептуна	Июль	Все группы	Муз. руководитель

## 5. Работа с родителями (просвещение и взаимодействие)

№ Мероприятие	Сроки	Ответственный
5.1 Анкетирование родителей: "Здоровый образ жизни в вашей семье"	Сентябрь	Воспитатели
5.2 Консультация: "Адаптация ребенка к детскому саду без слез и болезней"	Сентябрь-Октябрь	Ст. воспитатель
5.3 Родительское собрание: "Оздоровление детей в домашних условиях. Режим дня в выходные дни"	Октябрь	Воспитатели
5.4 Оформление ширм и памяток: "Профилактика гриппа и ОРВИ", "Как правильно одевать ребенка осенью (зимой)"	По сезонам	воспитатели
5.5 Мастер-класс: "Игровой массаж и гимнастика для непосед" (с участием детей)	Декабрь	Ст. воспитатель
5.6 Круглый стол: "Профилактика плоскостопия и нарушения осанки. Подбор правильной обуви"	Февраль	Ст. воспитатель
5.7 Дни открытых дверей (посещение родителями утренней гимнастики, физкультурных занятий)	Апрель	Ст. воспитатель
5.8 Выставка семейных рисунков: "Мы со спортом дружим"	Май	Воспитатели
5.9 Консультация: "Безопасность детей в летний период. Закаливание"	Май-Июнь	Ст. воспитатель

## 6. Работа с педагогами

№ Мероприятие	Сроки	Ответственный
6.1 Консультация: "Организация двигательной активности в течение дня"	Октябрь	Ст. воспитатель
6.2 Семинар-практикум: "Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ"	Январь	Ст. воспитатель
6.3 Взаимопросмотр проведения гимнастики пробуждения и закапывающих процедур	Март	Ст. воспитатель
6.4 Педагогический совет: "Итоги работы по оздоровлению детей за год"	Май	Ст. воспитатель

### Ожидаемые результаты к концу учебного года:

1. Стабилизация или снижение показателей заболеваемости (количество дней, пропущенных одним ребенком).
2. Отсутствие травматизма среди воспитанников.
3. Увеличение числа детей, охваченных утренней гимнастикой и прогулками на свежем воздухе.
4. Повышение компетентности родителей в вопросах укрепления здоровья детей.
5. Обогащение предметно-пространственной среды групп спортивным инвентарем.