

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 71 КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

СИСТЕМА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

ПРИНЯТО:

Протокол педагогического
совета № 1 от «28» августа 2025

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий

Л.В. Устюгова

Приказ № 51 п. 4 от «28» августа 2025

№	Разделы, направления работы	Форма работы
1.	Исполнение вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ОУ	Типовой режим дня по возрастным группам Индивидуальный режим дня Коррекция учебной нагрузки
2.	Психологическое сопровождение развития.	Создание психологически комфортного климата в ДОО. Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности. Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми. Формирование основ коммуникативной деятельности у детей. Диагностика и коррекция развития медико-педагогической поддержки ребенка в адаптационный период.
3.	Разнообразные виды организации двигательной деятельности:	Регламентированная: Утренняя гимнастика. Физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе (на прогулке). Гимнастика после сна (бодрящая гимнастика). Физкультминутки. Динамические паузы. Спортивные праздники. Спортивные досуги. Частично регламентированная: Подвижные, спортивные игры на воздухе и в помещении. Индивидуальные занятия с учётом группы здоровья. Подвижные игры на прогулке. День здоровья. Не регламентированная: Самостоятельная двигательная деятельность. Спортивные упражнения на воздухе.
4.	Система работы по формированию основ здорового образа жизни.	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья. Внедрение общих и индивидуальных гигиенических навыков, интересов, любви к физической активности. Формирование основ безопасности жизнедеятельности (по плану воспитателей). Словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни. Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности. Информирование родителей об оздоровительной работе учреждения, консультации для родителей по вопросам укрепления физического и психического здоровья детей.
5.	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.	Мероприятия по снижению заболеваемости. Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях, во время прогулок. Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна. Местные и общие воздушные ванны. Световоздушные и солнечные ванны в весенне-летний период. Комплексы профилактики нарушения осанки и плоскостопия. Закаливающие мероприятия. Санитарно-просветительская работа по профилактике заболеваний.
6.	Организация питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормативными документами.

		Профилактика различных заболеваний: 1. Добавление лука, чеснока в 1 и 2 блюда в осенне-зимний, весенний периоды; 2. Включение в меню кисломолочных смесей; 3. Использование йодированной соли.
--	--	---

ПЛАНИРОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В РЕЖИМЕ ДНЯ

УТРО:

- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Гигиенические процедуры

ПРОГУЛКА:

- ❖ Индивидуальные (с малыми подгруппами) занятия с учетом группы здоровья;
- ❖ Одежда по сезону;
- ❖ Подвижные и спортивные игры на воздухе.

ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ:

- ❖ Нормализация функций ЦНС (спокойные игры, спокойная музыка, чтение добрых сказок);
- ❖ Гигиенические процедуры.

ДНЕВНОЙ СОН:

- ❖ Сквозное проветривание помещений, где отсутствуют дети. В помещениях спален сквозное проветривание проводят до укладывания детей. В холодное время фрамуги, форточки закрывают за 10 мин. до отхода ко сну детей; открывают во время сна с одной стороны и закрывают за 30 мин. до подъёма.

ПОСЛЕ ДНЕВНОГО СНА:

- ❖ Дневной гимнастический комплекс (адаптационная / бодрящая гимнастика);
- ❖ Воздушные ванны;
- ❖ Подвижная или хороводная игра.

ВЕЧЕРНЯЯ ПРОГУЛКА:

- ❖ Одежда по сезону;
- ❖ Подвижные и спортивные игры.

ОТВЕТСТВЕННЫЕ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ:

- ❖ Воспитатели
- ❖ Помощники воспитателей.

КОНТРОЛЬ:

- ❖ Заведующий ОУ;
- ❖ Старший воспитатель;
- ❖ Врач;
- ❖ Старшая медицинская сестра.