

**План оздоровительных мероприятий**  
**КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**  
**на 2022 — 2023 уч. год**

**Медико-профилактическая деятельность**

№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	ежедневно в эпидсезон
2.	Профилактика коронавируса, гриппа и ОРВИ (марлевые повязки, маски, перчатки, антисептик, термометрия)	осень, зима
3.	Поливитамины	два раза в год (в эпид. сезон) курс 10 дней
4.	Профилактические прививки	по национальному и региональному календарю прививок
5.	Приборы очищения воздуха в групповых помещениях ежедневно	ежедневно

***Профилактика и оздоровление детей***

***Организация питания***

№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Сбалансированность и разнообразие рациона	ежедневно
2.	Соблюдение технологий при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд	постоянно
3.	Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания	постоянно
4.	Соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов	постоянно
5.	Использование витаминизированного 3-го блюда	в соответствии с меню
6.	Использование йодированной соли, витаминизированного хлеба	постоянно

7.	Организация питьевого режима	постоянно
<b>Организация гигиенического режима</b>		
№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Режим проветривания помещений	постоянно в соответствие с СанПиН
2.	Режим кварцевания пищеблока, кладовая продуктов, мед. блока и прачечной	постоянно в соответствие с СанПиН
3.	Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	постоянно в соответствие с СанПиН
4.	Обеспечение чистоты среды	постоянно в соответствие с СанПиН
5.	Смена и маркировка постельного белья	по графику
6.	Гигиенические требования к игрушкам	ежедневно в конце дня

### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

#### ***Проведение закаливающих процедур***

№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Закаливание с учетом индивидуальных возможностей ребенка: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой, воздушные и солнечные ванны, ленивая гимнастика после дневного сна, туалет носа)	ежедневно (с согласия родителей, при оптимальных температурных условиях, дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья)
2.	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе	ежедневно 3 часа

#### ***Физическое развитие детей***

№	Направления деятельности	Сроки проведения
---	--------------------------	------------------

- |    |   |                 |
|----|---|-----------------|
| 1. | Занятия по физическому развитию детей   | 3 раза в неделю |
| 2. | Спортивные игры и упражнения на воздухе | 1 раз в неделю  |

***Развитие двигательной активности***

№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно 10 мин.
2.	Физкультминутки	ежедневно (в середине времени, отведенного на занятия)
3.	Двигательная активность	ежедневно не менее 1 часа
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	ежедневно
5.	Подвижные игры в групповом помещении	ежедневно
6.	Оздоровительный бег (вокруг детского сада)	ежедневно во время прогулки

***Профилактика нарушений в физическом развитии детей***

№	Направления деятельности	Сроки проведения
1.	Дыхательная гимнастика	ежедневно
2.	Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки	ежедневно
3.	Профилактика зрения	ежедневно