

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Солнышко»
с. Волчье

 Гатарикова Г.А.

Приказ № 102480 от 20.09.22 года

План оздоровительной работы в группе раннего возраста

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Солнышко» с. Волчье
Добровского муниципального района Липецкой области
на 2022-2023 учебный год

№	Мероприятия	Работа с детьми	Период	Работа с родителями
	Обеспечение здорового образа жизни	Щадящий адаптационный режим гибкий режим. Соблюдение санитарно-эпидемиологических норм и правил	Сентябрь	Подготовка к учебному году. Беседы по адаптации. Наглядная агитация: «Режим дня», консультация: «Режим – это важно!» Выставка методической литературы по адаптации. Родительское собрание: «Адаптация детей к детскому саду»
	Мониторинг	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей.	2 раза в год	Ознакомление родителей с планом на год. Обсуждение рекомендаций и пожеланий.

Двигательная деятельность	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Обновление группового инвентаря. Консультации: «Поиграй со мной мама», «Пальчиковая гимнастика», «Двигательная активность и здоровье детей», «Игры, которые лечат». Организация фотовыставки «Зимние забавы».
	Физическая культура	3 раза в неделю	
	Подвижные игры	Ежедневно	
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	
	Спортивные упражнения	Ежедневно	
	Физкультурные досуги, праздники	1 раз в месяц	
	Дни здоровья	1 раз в квартал	
	Релаксация	ежедневно	
	Утренняя гимнастика	Ежедневно	
	Физкультминутки, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика	ежедневно	
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.	Ежедневно	Фотоколлаж «В детском саду играем, много нового узнаем!»
Музыкально-ритмическая деятельность	Музыкальные игры	2 раза в неделю	Папки-передвижки с играми, музыкально – дидактические игры. Консультации: «Пение в помощник в развитии речи»
Психологическая деятельность	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы.	ежедневно	Организация совместной деятельности по оформлению участка зимними постройками, эмоции всех участников, оздоровление.

		Игры на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний		
Гигиенические и водные процедуры	Умывание	ежедневно	Памятка: «Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей», «Личная гигиена детей», «Надо мыться, умываться».	
	Мытье рук	ежедневно по необходимости		
	Игры с водой	В течение года		
Профилактические мероприятия	Витамиотерапия	осень-весна	Выступление на родительском собрании: «Реализация единых методов оздоровления в детском саду и дома». Беседа о здоровье детей, индивидуальных способах профилактики и лечения. Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлении жалоб родителей. Консультации: «Здоровье всему голова!», «Профилактика гриппа!», «Ротавирусная инфекция», «Кашель», «Профилактика кишечных инфекций», «Как уберечься от ОРЗ», «Витамины и их значение», «Гимнастика ног», «Насморк: или платок в кармане, или дыра в голове», «Соляная лампа, как метод профилактики простудных заболеваний».	
	Профилактика гриппа и простудных заболеваний	В течение года		
	Режимы проветривания	ежедневно		
	Обеспечение температурного режима	постоянно		
	Массаж в «сухом бассейне»	В течение года		
	Галотерапия (соляные лампы);	ежедневно		
	Бактерицидные лампы	ежедневно		
	Упражнения на профилактику плоскостопия + индивидуальная работа по коррекции плоскостопия и уплощения стопы	врача (с октября по апрель) В течение года		

Нетрадиционные формы оздоровления	Музыкотерапия (Использование музыкального сопровождения на занятиях)	В течение года	Консультация: «Музыка в помощи иммунитету», «Оздоровливаемся по-новому»
Закаливание	Контрастные воздушные ванны	После сна	Родительское собрание: «Родителям о значении закаливающих процедур». Консультации: «Основные правила закаливания». Беседы: «Одежда детей в группе и на улице!», «Маркировка одежды», «Зимой гуляем, наблюдаем, трудимся, играем!» (о важности зимних прогулок!)
	Умывание	после приема пищи, после прогулки	
	Ходьба босиком по массажным коврикам	После сна	
	Облегченная одежда детей	В течение дня	
	Одежда по сезону	На прогулках	
	Контрастное обливание рук по локоть	После сна	
	Прогулки	В течение года	
	Дневной сон без маек	ЛОП	
	Дыхательная гимнастика	ежедневно	
	Дозированные солнечные ванны	с учетом погоды	
Диетотерапия	Рациональное питание по меню	В течение года	Консультации: «Как кормить ребенка, страдающего аллергией», «Продукты с различной алергизирующей активностью», «Витаминная азбука»

