



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ ЦРР ДС № 37

с. Чугуевка

М.В.Лисниченко

Приказ № 246 – А от 01.12.2023г.

## Комплексно – перспективный план оздоровительной направленности Второй группы раннего возраста № 2

### 1. Система здоровьесберегающих технологий, используемых в работе

В настоящее время в деятельность группы подобраны и успешно внедрены следующие виды здоровьесберегающих технологий:

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня; возраст детей	Особенности методики проведения
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>		
1.Подвижные и спортивные игры	Как часть физ. занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.
2.Физкультурные минутки	Во время ОД, 1,5-2 минуты	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления.
3.Пальчиковая гимнастика	Проводится индивидуально, с подгруппой и всей группой.	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любое время.
4. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5минут в свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки.	Рекомендуется показ воспитателя и использование наглядности.
5.Закаливание (упражнения после сна)	Ежедневно.	Комплексы физ.упражнений в спальне и группе.
6.Динамические паузы	Во время ОД и между ОД 2-5минут по мере утомляемости.	В ОД в виде игр. Между ОД в виде танцевальных движений, элементов релаксации.
7.Интегрированные занятия	В соответствии с ОПДО в ДОУ	Интеграция содержания различных образовательных областей.

<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>		
1.Физкультурное занятие	3 раза в неделю в групповой комнате, спортивном или музыкальном залах.	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.
2.Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.
<b>3. Коррекционные технологии</b>		
1.Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.
2.Фонетическая ритмика	2 раза в неделю не раньше чем через 30 мин. после приема пищи.	Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений

## **2. План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников**

<b>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>			
<b>Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей</b>			
1	Утренняя гимнастика	ежедневно	воспитатели
2	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	воспитатели
3	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	воспитатели
4	Спортивные развлечения и праздники	1 раз в месяц	
5	Специальные гимнастические упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки.	ежедневно	воспитатели
	Динамические паузы во время проведения ОД	ежедневно	воспитатели
6	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели
7	Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	воспитатели

8	Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	воспитатели
9	Гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатели
10	Пальчиковая гимнастика	ежедневно	воспитатели
11	Хожение босиком по «дорожке здоровья»	ежедневно	воспитатели
12	Игры с водой	в теплое время года	воспитатели
13	Воздушные ванны (облегченная одежда соответствует сезону года)	ежедневно	воспитатели
14	Хожение босиком на траве	в теплое время года	воспитатели

### ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

1	Рациональная организация внутреннего пространства в соответствии с требованиями СанПиНов.	постоянно	медсестра
2	Создание условий для организации двигательной активности воспитанников, включающей в себя предусмотренные программой занятия физкультурой, активные паузы в режиме дня, а также физкультурно-оздоровительную работу.	постоянно	заведующий, зам. зав. по ВОП воспитатели, зам. зав. по АХЧ
3	Организация рационального питания и витаминизация воспитанников: организация второго завтрака (соки, фрукты), строгое выполнение натуральных норм питания, соблюдение питьевого режима, гигиена приема пищи, индивидуальный подход к детям во время приема пищи, правильность расстановки и подбора мебели.	постоянно	воспитатели
4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.	постоянно	воспитатели
5	Нормализация функции ЦНС (соблюдение режима; музыкотерапия; сказкотерапия;)	в теч. года	педагоги медсестра
6	Рекомендации родителям часто болеющих детей по оздоровлению в летний период (по закаливанию, питанию, одежде).	в теч. года	медсестра

### КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПСИХОЛОГА

1	Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ	в теч. года	психолог
	Обследование детей	сентябрь май	психолог
2	Индивидуальная коррекционная работа детьми, нуждающимися в коррекции	по графику	психолог
3	Коррекционная работа по подгруппам, со всей группой	2 раза в неделю	психолог
4	Консультирование родителей, воспитателей	в теч. года	психолог
5	Выступления на родительских собраниях	в теч. года	психолог
6	Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ	постоянно	Педагоги

### 3. Система совместной деятельности детского сада и семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей

№	Задачи	Мероприятия	Период
<b>I этап</b>			
1.	Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• изучение медицинских карт;</li> <li>• ведение адаптационных листов;</li> <li>• анкетирование родителей;</li> <li>• беседы с родителями;</li> <li>• наблюдение за ребенком;</li> </ul>	Адаптационный период Сентябрь(в течение года)
<b>II этап</b>			
2.	Формирование у родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей	<p><b>1. Родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации:</b></p> <p>«Адаптация ребенка к детскому саду»            «Как сохранить здоровье ребенка»;            «Организация закаливания»            «Одежда и здоровье ребенка»            «Как сделать зарядку любимой привычкой ребенка»            «Формирование у детей привычки здорового питания»            «Кризис трех лет»            «Роль витаминов в детском питании»            «Правильное питание детей – основа их здоровья»            «Профилактика простудных заболеваний у детей дошкольного возраста»            «Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи»            «Особенности питания детей в зимний период»            «Двигательная активность дошкольника – залог улучшения физического состояния»            «Закаливаем детей дома и в детском саду»</p> <p><b>1. Анкетирование родителей.</b></p> <p>«Физическое развитие и оздоровление в семье»            «Развитие двигательной активности ребенка в семье»            «Физкультура в Вашей семье»</p> <p><b>3. Памятки для родителей:</b></p> <p>«Как не нужно кормить ребенка»            «Витамины, здоровые продукты и здоровый организм»            «Советы родителям по питанию»            «Здоровый образ жизни»            «Игры с детьми на свежем воздухе»</p>	В течение года

		<p>«Значение режима дня для здоровья дошкольника»</p> <p>«Чего нельзя делать в дошкольном возрасте»</p> <p>«Как организовать полноценный сон ребенка»</p> <p>«Как сохранить зрение ребенка»</p> <p>«Соки – напитки защиты организма от простуды»</p> <p>«Простуда, или ОРВИ, у малышей»</p> <p>«О детской одежде»</p> <p>«Физическое воспитание ребенка»</p> <p><b>4. Индивидуальные беседы и консультации с родителями по запросу</b></p>	
3.	Разработка системы оздоровительных мероприятий при активном участии и помощи родителей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выбор из предложенных методик наиболее эффективных и удобных для применения.</li> </ul>	Начало учебного года
<b>III этап</b>			
4.	Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разъяснительная работа с родителями;</li> <li>• проведение дома утренней гимнастики, прогулок в выходные дни</li> </ul>	ежедневно
<b>IV этап</b>			
5.	Анализ проведенной работы по оздоровлению детей в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• диагностика физического развития детей;</li> <li>• проведение сравнительного анализа заболеваемости за год;</li> <li>• анкетирование родителей на предмет удовлетворенности работой ДОУ по данному направлению;</li> <li>• составление плана работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению детей на следующий учебный год, основываясь на результатах диагностики и анкетирования;</li> </ul>	В течение года

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201285

Владелец Лисниченко Марина Валентиновна

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024