



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ ЦРР ДС № 37
с. Чугуевка

М.В.Лисниченко

Приказ № 246 – А от 01.12.2023г.

**Комплексно – перспективный план оздоровительной направленности
Младшей группы №2 (3-4 лет)**

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	Особенности методики проведения
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья		
1. Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно – оздоровительной работы.	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур.
2. Подвижные и спортивные игры	Ежедневно на физкультурных занятиях, на прогулке	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей.
3. Пальчиковая гимнастика	Индивидуально, с подгруппой и всей группой.	Проводится в любое время.
4. Физкультурные минутки	Во время ОД, 1,5-2 минуты	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления.
5. Гимнастика после сна (закаливающие процедуры)	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	Последняя неделя каждого месяца	Интеграция содержания различных образовательных областей
2. Технологии обучения здоровому образу жизни		
1. Физкультурное занятие	3 раза в неделю в спортивном зале	Занятия проводятся в соответствии программой, сеткой ОД в ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.
2. Коммуникативные игры	2 раза в неделю по 15 мин.	Входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.
3. Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 15 мин.	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

3. Коррекционные технологии		
1. Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.
2. Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин.	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы.

План работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению воспитанников младшей группы №2

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА			
Совместная деятельность взрослого и детей с учетом интеграции образовательных областей			
1	Утренняя гимнастика	ежедневно	воспитатель
2	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	воспитатель
3	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	воспитатель по физо
4	Пальчиковая гимнастика	ежедневно	воспитатель
5	Хожение босиком по «Дорожке здоровья»	ежедневно	воспитатель
6	Динамические паузы во время проведения ОД	ежедневно	воспитатель
7	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатель
8	Прогулки на воздухе с включением подвижных игр и игровых упражнений	ежедневно	воспитатель
9	Организация самостоятельной двигательной активности детей	ежедневно	воспитатель
10	Полоскание рта водой после еды	ежедневно	воспитатель
11	Воздушные ванны облегчённая одежда соответствующая сезону года	В тёплый период	воспитатель
12	Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно	воспитатель
13	Хожение босиком по траве в тёплый период	ежедневно	воспитатель
14	Игры с водой	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	постоянно	воспитатели, медсестра

	выполнение натуральных норм питания, соблюдение питьевого режима, гигиена приема пищи, индивидуальный подход к детям во время приема пищи, правильность расстановки и подбора мебели.		
4	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.	постоянно	воспитатели
5	Профилактика заболеваний полости рта и носоглотки.	в период вспышки заболеваний	медсестра
6	Нормализация функции ЦНС (соблюдение режима; музыкотерапия; сказкотерапия;)	в теч. года	педагоги медсестра
7	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
I этап			
1.	Анализ состояния здоровья ребенка на момент поступления в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> • изучение медицинских карт; • ведение адаптационных листов; • анкетирование родителей; • беседы с родителями; • наблюдение за ребенком; 	Адаптационный период Сентябрь (в течение года)
II этап			
2.	Формирование у родителей системы знаний в вопросах укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей	1. Родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации: «Адаптация ребенка к детскому саду» ; «Как сохранить здоровье ребенка»; «Организация закаливания»; «Одежда и здоровье ребенка»; «Как сделать зарядку любимой	В течение года

		<p>привычкой ребенка»;</p> <p>«Формирование у детей привычки здорового питания»;</p> <p>«Кризис трёх лет»;</p> <p>«Роль витаминов в детском питании»;</p> <p>«Правильное питание детей – основа их здоровья»;</p> <p>«Профилактика простудных заболеваний у детей дошкольного возраста»;</p> <p>«Оздоровление детей в условиях детского сада и семьи»;</p> <p>«Особенности питания детей в зимний период»;</p> <p>«Двигательная активность дошкольника – залог улучшения физического состояния»</p> <p>«Закаливаем детей дома и в детском саду»;</p> <p>1. Анкетирование родителей.</p> <p>«Физическое развитие и оздоровление в семье»;</p> <p>«Развитие двигательной активности ребенка в семье»;</p> <p>«Физкультура в Вашей семье»</p> <p>3. Памятки для родителей:</p> <p>«Как не нужно кормить ребенка»;</p> <p>«Витамины, здоровые продукты и здоровый организм»;</p> <p>«Советы родителям по питанию»</p> <p>«Здоровый образ жизни»;</p> <p>«Игры с детьми на свежем воздухе»;</p> <p>«Значение режима дня для здоровья дошкольника»;</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 детей»;</p> <p>«О детской одежде»;</p> <p>«Физическое воспитание ребенка»</p> <p>4. Индивидуальные беседы и консультации с родителями по запросу</p>	
3.	Разработка системы оздоровительных мероприятий при активном участии и помощи родителей	<ul style="list-style-type: none"> • выбор из предложенных методик наиболее эффективных и удобных для применения. 	Начало учебного года
III этап			
4.	Создание условий для непрерывности оздоровительных мероприятий	<ul style="list-style-type: none"> • разъяснительная работа с родителями; • проведение дома утренней гимнастики, прогулок в выходные дни 	ежедневно

5.	Привлечение родителей к активному участию в процессе физического и психического развития детей	<ul style="list-style-type: none"> • проведение занятий вместе с родителями; • участие родителей в пеших прогулках совместно с детьми; • походы за город в теплое время года; • проведение совместных с родителями праздников, развлечений, досугов (по плану ДОУ) • участие родителей в психологических тренингах (по плану педагога-психолога) • помощь родителей в пополнении развивающей среды как стандартным, так и нестандартным оборудованием для развития движений детей 	По годовому плану ДОУ
IV этап			
6.	Анализ проведенной работы по оздоровлению детей в ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> • диагностика физического развития детей; • проведение сравнительного анализа заболеваемости за 3 года; • анкетирование родителей на предмет удовлетворенности работой ДОУ по данному направлению; • составление плана работы по профилактике заболеваемости и оздоровлению детей на следующий учебный год, основываясь на результатах диагностики и анкетирования; 	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