

План оздоровительных мероприятий в группе оздоровительной направленности для детей с тубинтоксикацией №1 на 2020-2021 учебный год.

<i>№</i>	<i>Содержание</i>	<i>Периодичность выполнения</i>	<i>Ответственный исполнитель</i>	<i>Время</i>
1. ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА				
1.1.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей	ежедневно	воспитатель, медсестра	в течение года
1.2.	Утренний прием и гимнастика на свежем воздухе		воспитатель	май-сентябрь
1.3.	Создание комфортного режима			в течение года
1.4.	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей			
2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА				
2.1.	Утренняя гимнастика	ежедневно 12 мин.	воспитатель	в течение года
2.2.	Организованная образовательная деятельность «Физическое развитие»	3 раза в неделю 30 мин. (2 раза в зале, 1 раз на улице)	воспитатель	
2.3.	Хореография	1 раз в неделю 20 мин.	педагог-организатор	
2.4.	Совместная музыкально-спортивная деятельность	1 раз в месяц	муз.рук., воспитатели	
2.5.	Совместная музыкально-спортивная деятельность на открытом воздухе	2-3 раза в год	муз.рук., воспитатели	
2.6.	Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования	ежедневно 2 раза в день по 10мин.	воспитатель, муз.рук.	
2.7.	Физкультминутки Динамические паузы	ежедневно в течение НОД	воспитатель	
2.8.	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно		
2.9.	Гимнастика после сна	ежедневно		
2.10.	Прогулки	ежедневно (утро, вечер)		

2.11.	Оздоровительный бег	ежедневно 15-20 мин.		
2.12.	Физкультурный досуг	30 мин.		1 раз в месяц
2.13.	Спортивный праздник	30 мин.		1 раз в месяц
2.14.	Элементы спортивных игр	ежедневно		
2.15.	День здоровья	сентябрь, январь, май		3 раза в год
2.16.	Походы, экскурсии	20 мин.		1 раз в месяц
3. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ				
3.1.	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	ежедневно	психолог	в течение года
4. ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА				
4.1.	Ароматерапия «Чесночные киндеры»	ежедневно	медсестра, воспитатель, младший воспитатель повар	в холодный период года
4.2.	Витаминные салаты			в течение года
	Санэпидрежим – жесткий режим проветривания, влажной уборки, кварцевания		медсестра, воспитатель, младший воспитатель	
4.3.	Сок, фрукты	второй завтрак, полдник	медсестра, повар	
4.4.	Витаминизация питья витамином С	ежедневно	медсестра, повар	
5. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА				
5.1.	Игры с водой и песком	ежедневно	воспитатель	лето
5.2.	Воздушные и солнечные ванны			
5.3.	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приема пищи			в течение года
5.4.	Умывание прохладной водой		медсестра	лето
5.5.	Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна: - ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия; - ходьба по мокрым дорожкам и ребристым дорожкам; - оздоровительный бег после дневного сна; - упражнения на профилактику плоскостопия.			в течение года
5.6.	Профилактические упражнения для глаз	ежедневно	воспитатель	В течение года
6. ОБСЛЕДОВАНИЕ				
6.1.	Оценка уровня развития и состояния здоровья детей	3 раза в год	медсестра, ст. воспитатель, педагоги	в течение года
6.2.	Диспансеризация	Раз в год	медсестра, поликлиника	март-апрель

7. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ				
7.1.	Технология Ю.Ф.Змановского «Здоровый дошкольник»	ежедневно	педагоги	в течение года
7.2.	Дыхательная гимнастика по П.Н.Стрельниковой			
7.3.	Точечный массаж для профилактики и лечения насморка по А.А.Уманской			
7.4.	Остеопатическая гимнастика	ежедневно	педагоги	
7.5.	Музыкатерапия	1 раз в неделю	муз.рук.	в течение года
7.6.	Психогимнастика	вновь пришедшие дети с целью коррекции	психолог	в период адаптации
8.ЗАКАЛИВАНИЕ				
8.1.	ВОЗДУХОМ			
8.1.1.	Воздушные ванны	ежедневно	воспитатели	после дневного сна
8.1.2.	Босохождение			
8.1.3.	Сон без маечек			в летний период
8.1.4.	Прогулка			в течение года
8.2.	ВОДОЙ			
8.2.1.	Мытье рук и лица	ежедневно	воспитатели	в течение года
				в летний период
8.2.2.	Полоскание рта			в течение года
8.3.	СОЛНЦЕМ			
8.3.1.	Солнечные ванны: - местное воздействие - общее воздействие	ежедневно	воспитатели	во время прогулок в холодное время года во время прогулок в теплое время года