



Утверждена:

Зав. МДОУ «Пронский детский сад»

Вавилова Г.В.

Согласована:

первичная профсоюзная организация
МДОУ «Пронский детский сад»

План оздоровительных мероприятий по МДОУ «Пронский детский сад»

Цели оздоровительной работы:

- физическое развитие, сохранение и укрепление здоровья детей
- снижение заболеваемости, снижение риска возникновения осложнений после заболеваний.
- усиление работы с родителями по проблеме физического развития и оздоровления детей.

Задачи оздоровительной работы: - создать в группе условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка

- обеспечить оптимальное освоение детьми комплекса движений и физических упражнений, необходимых для нормального физического развития
- оптимизировать работу с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей
- воспитывать у детей осмысленное отношение к здоровью, как важной жизненной ценности
- осуществлять комплекс закаливающих процедур
- укреплять здоровье и закаливание детей
- формировать двигательные умения и навыки воспитанников
- повышать физическую работоспособность, устойчивость к заболеваниям
- воспитывать привычку к здоровому образу жизни

1.Профилактические медицинские мероприятия	<p>Вакцинация, ревакцинация по назначениям</p> <p>Лабораторные обследования</p> <p>Витаминотерапия (витаминизация третьего блюда, витамины С, А, группы В)</p> <p>Фитотерапия (употребление в пищу свежего лука и чеснока, вдыхание паров,</p>
---	--

	<p>аромамедальоны)</p> <p>Приём адаптогенов (элетороукокка)</p> <p>Скриннинг-программа (мониторинг состояния физического здоровья дошкольников)</p>
<p>2.Создание оптимальной среды в ДОУ</p>	<p>Кварцевание помещений</p> <p>Ежедневное сквозное проветривание в отсутствие детей</p> <p>Ежедневная влажная уборка помещений</p>
<p>3.Закаливающие процедуры</p>	<p>Воздушные и солнечные ванны на прогулке</p> <p>Босохождение по траве и песку в летнее время</p> <p>Переступание из таза с тёплой водой в таз с прохладной водой</p> <p>Хожение по ребристой доске и шипованному коврику</p> <p>Стопотерапия (хождение по неровной поверхности, камешкам, шишкам)</p> <p>Ежедневные прогулки на свежем воздухе</p> <p>Игровой массаж</p>
<p>4.Организация двигательной активности</p>	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре</p> <p>Игровой стретчинг</p> <p>Прогулки с включением подвижных и народных игр</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p> <p>Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня</p> <p>Спортивные праздники и развлечения</p> <p>Дни здоровья</p>

<p>5.Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности</p>	<p>Гимнастика для глаз</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Упражнения на релаксацию</p> <p>Физкультминутки</p>
--	---