

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ

Детский сад №19 «Тополёк»

О.В.Шевелёва

Приказ № 3008- 1ОД от «30 » августа 2024г.

## **План оздоровительной работы в группе раннего возраста «Лучики» на 2024-2025 учебный год**

### **Общие требования:**

1. Создания экологически благоприятных условий в помещении для игр и занятий:
  - Соблюдение санитарных и гигиенических требований.
  - Сквозное проветривание помещений (3 раза в день в отсутствие детей).
  - Поддерживание температуры воздуха в пределах 19 – 22 градусов.
  - Кварцевание помещения спальни и группы в соответствии с требованиями СанПиН и техническими характеристиками бактерицидных ламп.
2. Высокая культура гигиенического обслуживания детей (туалет, кормление, сон, одевание на прогулку).
3. Обеспечение психологического комфорта на протяжении всего времени пребывания в детском саду.
4. Индивидуальный и дифференцированный подход в режимных процессах и их воспитательная направленность с учетом здоровья и развития ребенка.
5. Оптимальный двигательный режим (продолжительность – 4 часа в день).

6. Консультации для родителей по организации режима дня, физических нагрузок, гигиене и основам рационального питания детей.
7. Ведение воспитателями тетради адаптационных листов.

### **Ежедневные виды деятельности:**

1. Утренняя гимнастика (используем игры-массажи, потешки, пальчиковые игры)
2. Физкультминутки, дыхательная гимнастика (в режимных моментах).
3. Пальчиковая гимнастика (в режимных моментах).
4. Гимнастика после дневного сна в кроватках.
5. Пищеварительная гимнастика (используем игровые моменты).
6. Самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке (дети которые ходят самостоятельно).

### **Закаливание:**

- Умывание и мытье рук прохладной водой перед приемом пищи и после каждого загрязнения рук.
- Сон без маек при t +18 и выше (в теплый период)
- Климатический комплекс или увлажнитель воздуха (ежедневно по мере необходимости).
- Воздушные ванны до и после сна (по 5 – 10 минут).
- Гимнастика при пробуждении, ходьба босиком по массажным коврикам.
- Оздоровительные прогулки, ежедневно. Дозированные солнечные ванны (с учетом погоды).
- Одежда по сезону.

### **Планирование физкультурно-оздоровительной работы по месяцам.**

Месяц	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь	Организация ежедневных профилактических мероприятий. Индивидуальная работа с родителями вновь поступающих детей (консультации по режиму, гигиене, особенностям питания, одежде детей в детском саду и на улице) Заполнение данных о детях. Ведение документации. Размещение материалов об одежде детей, о витаминизированном питании и	Воспитатели

	особенностях адаптационного периода в родительском уголке. Размещение печатных материалов для родителей по оздоровлению детей, ведение документации и контроль состояния здоровья детей в утренний приём.	
Октябрь	Выступление на родительском собрании:  1. Ознакомление родителей с планом физкультурно-оздоровительной работы на год. 2. Обсуждение вопросов профилактики заболеваний и проведения закаливания детей. 3. Анализ протекания адаптационного периода у детей. 4. Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей.	Воспитатели, родители
Ноябрь	Приобретение необходимых пособий в физкультурный уголок. Индивидуальные консультации для родителей гиперактивных детей. Организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке (с помощью воспитателей). - движения с различными игрушками, пособиями.	Родители Воспитатели.
Декабрь	Изготовление фото-отчёта в виде стенгазеты: «Малыши - крепыши» о закаливание в группе и дома, на улице и в помещениях.	Воспитатели, родители
Январь	Размещение в родительском уголке раздвижной ширмы «Профилактика гриппа и простудных заболеваний». Индивидуальные консультации для родителей часто болеющих детей.	Воспитатели
Февраль	Пополнение картотеки подвижных игр, физ.минуток, пальчиковой и дыхательной гимнастики. Ремонт пособий в физкультурном уголке и наглядности.	Воспитатели. Родители.
Март	Обновление материалов в родительском уголке в связи со сменой сезона (весенне-летний период). Оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.	Воспитатели.
Апрель	Создание картотеки: Задания на развитие мелких мышц руки, задания на развитие мимики и артикуляции и т.п.	Воспитатели.

	Консультация для родителей «Массаж и самомассаж»	
Май	Итоговый анализ оздоровительной работы за год на родительском собрании. Анкетирование родителей на предмет удовлетворенности работой ДООУ по данному направлению Рекомендации по оздоровлению детей и профилактике травматизма в летний период.	Воспитатели, родительский комитет.