

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МОУ «ООШ с. Клевенка»  
 Е.В. Матюх/  
 Приказ № 01/2021 г.



**План работы по сохранению и укреплению здоровья детей  
 группы дошкольного образования МОУ «ООШ с. Клевенка»  
 Ивантеевского района Саратовской области**

№ п/п	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
<b>1.</b>	<b>Оптимизация режима</b>			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.		Воспитатель	В течение года
<b>2.</b>	<b>Организация двигательного режима</b>			
	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Воспитатель	В течение года
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели,	В течение года
	Прогулки с включением игровых упражнений	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Музыкально - ритмические занятия	2 раза в неделю	Воспитатели	В течение года
	Спортивный досуг	1 раз в месяц		В течение года
	Гимнастика для глаз	Во время занятий на физкультминутках	Воспитатели	В течение года
	Пальчиковая гимнастика	3 раза в день	Воспитатели	В течение года
<b>3.</b>	<b>Охрана психического здоровья</b>			
	Использование приемов релаксации: минуты тишины, муз.паузы; арттерапия, сказкотерапия, игротерапия.	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатели,	В течение года

<b>4.</b>	Профилактика заболеваемости			
	Самомассаж	3-4 раза в день	Воспитатели,	С октября по апрель
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время утренней гимнастики, на прогулке, после сна	Воспитатели, контроль медицинского работника	В течение года
	Оздоровительные минутки	Ежедневно	Воспитатели, контроль медицинского работника	В течение года
<b>5.</b>	Оздоровление фитонцидами			
	Чесочно - луковые закуски	Перед прогулкой, перед обедом	Медработник	Октябрь - апрель
	Ароматизация помещений (чесночные букетики)	В течение дня ежедневно	воспитатели, контроль медработника	Октябрь - апрель
<b>6.</b>	Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка			
	Прогулки на воздухе	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
	Хождение босиком по траве	Ежедневно	Воспитатели	Июнь - август
	Хождение босиком по «дорожке здоровья»	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели	В течение года
	Игры с водой	Во время прогулки, во время занятий	Воспитатели	Июнь - август
	Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели, пом. воспитателя	В течение года
<b>7.</b>	Лечебно - оздоровительная работа			
	«Оздоровительный сон» ароматизация спален (душица, пустырник)	Во время дневного сна	Медработник	В течение года
<b>8.</b>	Витаминотерапия			
	«Ревит», поливитамины	По одному разу в течение 10 дней	Медработник	По графику

