

Утверждён
приказ от 30.08.2018 № 68
заведующий МДОУ _____ Н.Ю.Никитина

**Перспективный план работы по направлению
«Технологии здоровьесбережения в ДОУ»
на 2018-2019 учебный год.**

Задачи:

- совершенствовать систему работы по здоровьесбережению воспитанников МДОУ

- продолжать укреплять здоровье детей посредством занятий по физической культуре и ОБЖ, с использованием вспомогательных методов, привлекая родителей.

	Содержание работы	Периодичность выполнения	Ответственные	Срок исполнения
1	Работа с детьми по направлению «Технологии здоровьесбережения в ДОУ»			
1.1	Оптимизация режима			
	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	ежедневно	Заведующий, ст. воспитатели, медсестра	в течение года
	Определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей	ежедневно	Заведующий, ст. воспитатели	в течение года
1.2	Организация двигательного режима			
	Утренняя гимнастика	ежедневно	воспитатели	в течение года
	Занятия по физической культуре	3 раза в неделю	воспитатель по физической культуре, воспитатели	в течение года
	Музыкальные занятия	2 раза в неделю	воспитатели	в течение года
	Прогулки с включением	ежедневно	воспитатели	в течение года

	подвижных игровых упражнений				
	Физминутки		на занятиях	воспитатели	в течение года
Спортивные праздники, физкультурные развлечения, досуги					
	«Спортландия»		по плану	Воспитатель по физической культуре	сентябрь
	«Поиграй-ка»		по плану	воспитатель по физической культуре	октябрь
	«Спортивные эстафеты»		по плану	воспитатель по физической культуре	ноябрь
	«Зимние забавы»		по плану	воспитатель по физической культуре	декабрь
	«Зимушка-Зима спортивная» зимний праздник		1 раз в год	воспитатель по физической культуре, воспитатели	январь
	«Защитники Отечества»		по плану	воспитатель по физической культуре, воспитатели	февраль
	«Проводы зимы -Масленица»		по плану	воспитатели	март
	День Здоровья		по плану	воспитатель по физической культуре, воспитатели	апрель
	«Правила движения надо знать с рождения»		по плану	воспитатель по физической культуре, воспитатели	май
	Здравствуй, лето!		по плану	воспитатели	июнь

2	Охрана психического здоровья				
	Использование приёмов релаксации в группе: минуты тишины, уголки уединения, музыкальные паузы		ежедневно несколько раз в день	воспитатели	в течение года
3	Профилактика заболеваемости				
	Гимнастика для глаз Пальчиковая гимнастика		во время НОД в течение дня	воспитатели	в течение года
	Самомассаж		В течение дня	воспитатели	в течение года
	Дыхательная гимнастика в игровой форме		3 раза в день во время утренней зарядки, на прогулке, после дневного сна	воспитатели	в течение года
	Стретчинг-аэробика		2 раза в месяц старшие дошкольные группы	Воспитатель по физической культуре	В течении года
	Профилактика гриппа (прививки) с согласия родителей				1 раз в год
	Оздоровление фитонцидами Употребление чеснока, лука в пищу		обед, ужин в течение дня, ежедневно	воспитатели, помощник воспитателя	с октября по апрель
	Закаливание с учётом состояния здоровья ребёнка, сезонных изменений Хождение в носочках по коррегирующим дорожкам		ежедневно после дневного сна	воспитатели	в течение года
	Умывание прохладной водой		Ежедневно	воспитатели	июнь –август
	Лечебно-оздоровительная работа				

	Фруктово-ягодные напитки, фрукты, овощи поливитамины		Ежедневно	повара, мл. воспитатели, ст.медсестра	в течение года
4	Работа с родителями по направлению «Технологии здоровьесбережения в ДОУ»				
	Информационно - просветительская работа Общие родительские собрания: «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»		по плану	заведующий, ст.воспитатель, воспитатели, воспитатель по физической культуре	Сентябрь, апрель