

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ НА 2019 – 2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ П/П	Содержание работы	Периодичность
Организация двигательного режима		
1	Утренняя гимнастика	ежедневно
2	Физкультурно – двигательная пауза на НОД	ежедневно
3	Физическое развитие. Физическое развитие (на прогулке)	2 раза в неделю 1 раз в неделю
4	Прогулки на свежем воздухе с организацией подвижных игр, игр малой подвижности. Индивидуальная работа с детьми по физическому развитию.	ежедневно
5	Гимнастика после сна	ежедневно
6	Музыкальная деятельность	2 раза в неделю
7	Спортивные праздники и развлечения. Тематический день здоровья.	1 раз в квартал по плану инструктора по физическому развитию
Профилактика заболеваемости		
1	Утренний фильтр детей	ежедневно
2	Проветривание группы	ежедневно
3	Точечный массаж	ежедневно
4	Су – Джок терапия	ежедневно
5	Мытьё рук комнатной температуры	ежедневно
6	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно
7	Полоскание рта водой комнатной температуры после еды	ежедневно
8	Гимнастика для глаз	ежедневно
9	Дыхательная гимнастика в игровой форме	ежедневно
10	Тематическая образовательная деятельность (о здоровье, здоровой пищи)	
11	Ароматизация помещений (аромомасла)	Октябрь-Апрель
12	Кварцевание группы	согласно графику
Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка		
1	Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствующая сезону года)	ежедневно
2	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно
3	Утренний прием на улице	Май - Сентябрь
4	Босохождение по коррегирующим дорожкам	ежедневно
5	Умывание прохладной водой	ежедневно
6	Контрастное обливание ног	Июнь, Июль, Август
7	Игры с водой на улице	Июнь, Июль

Охрана психического здоровья		
	Использование приемов релаксации в группе: минуты тишины, музыкальные паузы, уголок уединения	при необходимости
Работа с родителями		
1	Информационно-просветительская работа	1 раз в месяц
2	Родительские собрания	1 раз в квартал