

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ДЕТЬМИ

на 2021 – 2022 учебный год

№ п/п	содержание работы	периодичность
<i>Организация двигательного режима</i>		
1.	Утренняя гимнастика	1 раз в день
2.	НОД по физическому развитию	3 раза в неделю
3.	Физкультминутка	1-2 раза в день
4.	Динамические паузы	2 раза в неделю
5.	Подвижная игра	2 раза в день
6.	Спортивная игра	2 раза в неделю
7.	Гимнастика после сна	1 раз в день
<i>Профилактика заболеваемости</i>		
1.	Прогулка	2 раза в день (в теплый период 3 раза)
2.	Умывание лица, рук и шея	по мере необходимости, ежедневно
3.	Ароматерапия - оздоровление фитонцидами (чеснок, лук)	с ноября по март
4.	Кварцевание помещений группы	1 раз в день
5.	Закаливающие процедуры	1 раз в день
6.	Влажная уборка	ежедневно
7.	Мытьё игрушек	2 раза в день
8.	Точечный самомассаж	1 раз в день
<i>Закаливание с учетом состояния здоровья ребёнка</i>		
1.	Босохождение по массажным коврикам	1 раз в день
2.	Мытьё рук водой комнатной температуры	По мере необходимости (в теплый период года)
3.	Су-Джок терапия	1 раз в день
<i>Охрана психического здоровья</i>		
1.	Психогимнастика	1-2 раза в неделю
2.	Артикуляционная гимнастика	1 раз в день
3.	Музыкальная терапия перед сном	1 раз в день
4.	Дыхательная гимнастика	1 раз в день
5.	Массажные мячики	1-2 раза в неделю
6.	Коммуникативные игры	1 раз в день

воспитатель: Колягина О.И.