

ТЕХНОЛОГИИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Виды оздоровительных мероприятий	Система работы в группе	Время проведения	Ответственные
Физкультурно-оздоровительная работа	<ul style="list-style-type: none"> •утренняя гимнастика под аудиосопровождение) •физкультурные занятия (в зале) •физкультурные занятия на улице (по погодным условиям) •подвижные игры и физические упражнения •спортивные игры •индивидуальная работа по развитию движений •физкультминутки •коррекционная гимнастика: <ul style="list-style-type: none"> -для глаз -дыхательная -пальчиковая •Активный отдых <ul style="list-style-type: none"> -физкультурный досуг -спортивные праздники -Дни здоровья •оздоровительный бег 	<p>ежедневно</p> <p>по расписанию</p> <p>по расписанию</p> <p>ежедневно на физкультурных занятиях, прогулках, в свободной деятельности, в режимных моментах</p> <p>на физкультурных занятиях, на прогулках, в режимных моментах, на физкультурных занятиях</p> <p>на физкультурных занятиях, в режимных моментах</p> <p>согласно планированию</p> <p>ежедневно (по погодным условиям)</p>	<p>воспитатели</p> <p>инструктор</p> <p>инструктор</p> <p>инструктор воспитатели</p> <p>инструктор воспитатели</p> <p>инструктор</p> <p>воспитатели</p> <p>воспитатели инструктор</p> <p>инструктор воспитатели</p> <p>воспитатели</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • День бегуна • самостоятельная игровая деятельность 	2 раза в год (октябрь-май) ежедневно (по погодным условиям, в конце прогулки)	
Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> •прогулки •умывание прохладной водой (до локтя, до плеча) •игры с водой •пребывание в облегчённой одежде в помещении, в одежде соответственно сезону года на улице •хождение босиком •сон с доступом воздуха • проветривание, <ul style="list-style-type: none"> •кварцевание •воздушные ванны •привитие культурно-гигиенических навыков 	<p>ежедневно</p> <p>по сезону</p> <p>до и после сна, на физкультурных занятиях</p> <p>ежедневно до сна и после, на физкультурных занятиях</p>	воспитатели
Лечебно-профилактическая работа	<ul style="list-style-type: none"> •определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей •витаминация третьего блюда (витамин С) • соки, фрукты, овощи •использование приёмов релаксации, минуты тишины •элементы словотерапии •музыкотерапия 	<p>сентябрь-октябрь</p> <p>в приготовлении обеда на второй завтрак</p> <p>перед и после сна</p>	<p>воспитатель</p> <p>медработник</p> <p>инструктор</p> <p>повар</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ●использование фитонцидов (лук, чеснок) 	<p>перед обедом перед сном на занятиях в качестве профилактики простудных заболеваний</p>	
Приобщение к ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> ●беседы ●игровая деятельность: <ul style="list-style-type: none"> -дидактические игры, -развивающие игры, -сюжетно-ролевые, игры-драматизации -просмотр познавательных медиа-фильмов ●Активный отдых <ul style="list-style-type: none"> -физкультурный досуг -Дни здоровья ●художественная литература ●экскурсии ●целевые прогулки ●познавательно-практическая деятельность ●продуктивная деятельность 	<p>на прогулках, в режимных моментах, на занятиях согласно планированию</p>	воспитатель инструктор