

План по снижению заболеваемости детей на летний оздоровительный период 2024 года

Формы работы	Содержание занятий	Место	Условия организации	Продолжительность мин.	Ответственный
Утренняя гимнастика	Традиционная гимнастика (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений): - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - с простейшими тренажерами (гимнастические палки, мячи, гантели, кольца).	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	Младшая гр. - 10 Средняя гр. - 10 Старшая гр. – 10 Подготовительная к школе гр. – 10 минут	Педагоги
Занятие по физической культуре	Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды занятий; традиционное, тренировочное, сюжетное (игровое), контрольное, занятие ритмической гимнастикой, коррекционно развивающее (включение специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей). Используются организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения	На воздухе, на спортивной площадке	3 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада) по графику	Младшая гр. – 15 Средняя гр. - 20 Старшая гр. - 25 Подготовительная к школе гр. - 30	Педагоги
Подвиж-	Виды игр:	На воз-	Ежедневно, в	Для всех	Педагоги

<p>ные игры</p>	<p>- сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа); - несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования); - народные; - с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол)</p>	<p>духе, на спортивной площадке</p>	<p>часы наименьшей инсоляции</p>	<p>возрастных групп - 10-20</p>	
<p>Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы).</p>	<p>Варианты: - упражнения на развитие мелкой моторики; - ритмические движения; - упражнения на внимание и координацию движений; - упражнения в равновесии; - упражнения для активизации работы глазных мышц; - гимнастика расслабления; - корригирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей); - упражнения на формирование правильной осанки; - упражнения на формирование свода стопы</p>	<p>На воздухе, на игровой или спортивной площадке</p>	<p>Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции</p>	<p>Младшая гр. - 6 Средняя гр. - 8 Старшая гр. - 10 Подготовительная к школе гр. - 10</p>	<p>Педагоги, медицинский работник</p>
<p>Элементы видов спорта, спортивные упражнения</p>	<p>Виды спортивных упражнений: - катание на самокатах; - езда на велосипеде; - футбол; - баскетбол; - бадминтон. Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю</p>	<p>На воздухе, на игровой или спортивной площадке</p>	<p>Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции</p>	<p>Средняя гр.— 10 Старшая гр. — 12 Подготовительная к школе гр. - 15</p>	<p>Педагоги</p>
<p>Гимнастика после дневного сна</p>	<p>Разминка после сна с использованием различных упражнений: - с предметами и без предметов; - на формирование пра-</p>	<p>Спальня или групповое помещение</p>	<p>Ежедневно после дневного сна</p>	<p>Для всех возрастных групп - 7 - 10</p>	<p>Педагоги</p>

	<p>вильной осанки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - сюжетные или игровые; - на развитие мелкой моторики; - на координацию движений; - в равновесии 	при открытых фрамугах			
Закаливающие мероприятия	- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями:	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Педагоги, медицинский работник
	Ароматерапия в комплексе с дыхательными упражнениями	Под елями детского сада		Средняя, старшая и подготовительные группы	Воспитатель
	Воздушные ванны	На свежем воздухе в затененной территории		Всех возрастов	Воспитатель
	Солнечные ванны	На свежем воздухе, на открытом пространстве		С 3 до 7 лет	Воспитатель
	Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей: - элементы закаливания в повседневной жизни: -Обливание рук до предплечья. -Умывание прохладной водой. -Мытье ног с мылом		Постепенное снижение t воды до +28°C	Для всех возрастов	Воспитатель
	-Сон без маек	С учетом специфики закали-	По плану и в зависимости от характера закаливающего-	По усмотрению медицинских	Педагоги, медицинский работник

		вао щего меропри- ятия	го мероприятия	работников	
Индивидуальная работа в режиме дня	Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей.	В спортивном зале	Устанавливается индивидуально	Устанавливается индивидуально	Педагоги, медицинский работник
Праздники, досуги, развлечения	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	На воздухе на спортивной площадке	1 раз в неделю	Не более 30	Педагоги
Неделя здоровья	Проводится в соответствии с содержанием образовательной области «Физическое развитие» (ФОП ДО)	На территории детского сада	Июнь, август		Инструктор по ФК
Используемые приёмы релаксации	Проводятся для снятия напряжения, усталости.	На свежем воздухе, в группе	Ежедневно	По необходимости 5-7 минут	Воспитатель
Витаминизация	Организуется дополнительное питье (сок, компот, напиток из ягод, сухофруктов, фруктов) Пища обогащается витамином С	Во время приема пищи	Ежедневно	По графику	Воспитатель Медсестра
Беседы с детьми и родителями о важности ЗОЖ	«Здоровый образ жизни»; «Основы личной гигиены»; «Профилактика кишечных инфекций»; «Профилактика глистных заболеваний»; «Профилактика травматизма»	На свежем воздухе, в группе	Июнь-август	До 15 минут	Медсестра