

УТВЕРЖДЕН

приказом директора МБОУ

«Начальная школа – детский сад № 1» г. Воркуты

от 14.05.2024 года № 330/01-12

ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024 ГОДА

Цель: создание оптимальных условий для сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья воспитанников МБОУ «Начальная школа – детский сад № 1» г. Воркуты в летний период.

Задачи:

1. Способствовать укреплению здоровья детей, повышению адаптационных возможностей детского организма.
2. Развивать двигательные, физические, психические, способности воспитанников в разнообразных видах деятельности в режиме дня.
3. Создавать атмосферу радости, формировать положительное эмоциональное состояние всех участников образовательного процесса при организации оздоровительных мероприятий

№ п/п	Формы и методы	Содержание работы	Участники	Ответственные
1	Обеспечение здорового ритма жизни	1. Щадящий режим (адаптационный период) 2. Гибкий режим 3. Организация микроклимата и стиля жизни групп в летний период 4. Соблюдение питьевого режима	Вновь прибывшие дети Все группы	Воспитатели групп, мл. воспитатели
2	Физическая активность	1. Прием детей на улице 2. Утренний оздоровительный бег 3. Утренняя гимнастика на свежем воздухе 4. Физкультурно-оздоровительные занятия, упражнения, развлечения, досуги, игры на улице 5. Профилактические гимнастики (дыхательная, упражнения для осанки, профилактика плоскостопия, пальчиковая гимнастика) 6. Зрительная (соляризация, повороты, пальминг и др.) гимнастика 7. Гимнастика пробуждения. 8. Физкультурные минутки и динамические паузы	Все группы	Воспитатели, инструктор по физкультуре
3	Гигиенические и водные процедуры,	1. Умывание 2. Сон без маек 3. Мытье ног после прогулки с	Все группы	Воспитатели, мл. воспитатели

	закаливающие мероприятия	<p>последующим обливание ног водой</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Игры с водой и песком 5. Босохождение 6. Воздушные ванны 7. Полоскание рта кипяченой водой 		
4	Солнечные и воздушные ванны	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проветривание помещений 2. Сон с доступом свежего воздуха 3. Прогулки на свежем воздухе 4. Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха 5. Солнечные ванны 	Все группы	Воспитатели, мл. воспитатели
5	Активный отдых	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развлечения, праздники, игры, забавы 2. Дни здоровья 	Все группы	Воспитатели
6	Музыкотерапия	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкальное сопровождение режимных моментов 2. Музыкально-театральная деятельность 	Все группы	Воспитатели