

ПРИНЯТО

Педагогическим советом ГБДОУ

Протокол № 1

«28» августа 2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ № 50

С.В.Базикало

Приказ № 78-д от 01.09.2020

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми В ГБДОУ детский сад № 50 Приморского района Санкт-Петербурга на 2020-2021 уч.год

Цель: совершенствовать систему физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на снижение заболеваемости детей раннего возраста.

Основные направления работы:

- Распределение материала занятий, двигательной нагрузки, профилактики заболеваний, диагностики развития и воспитания.
- Изменение модели взаимодействия педагога и ребёнка с учебно-дисциплинарной на личностно-ориентированную.
- Взаимосвязь всех специалистов ДОУ в решении задач.
- Активное приобщение родителей к проведению физкультурно-оздоровительной работы.

№ п/п	Название раздела	Мероприятия	Ответственный	Периодичность	Группа ГБДОУ
1.	Мониторинг	Определение уровня физического развития Определение уровня физической подготовленности детей	Медсестра Инструктор по физической культуре,	2 раза в год (сентябрь, май) 2 раза в год (сентябрь, май)	Все группы Все группы

		Диспансеризация	воспитатели групп Специалисты детской поликлиники, медсестра, врач	1 раз в год	Старшие и подготовительные группы
2.	Использование вариативных режимов	Режим на холодное и теплое время года Щадящий режим Гибкий режим Адаптационный режим	Персонал группы	Постоянно После болезни, по состоянию здоровья В случае ненастной погоды При поступлении в ДОУ	Все группы Ранний, младший возраст
3.	Психолого- педагогическое сопровождение	Мероприятия по адаптации к ДОУ Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, сенсорная	Медсестра Старший воспитатель Воспитатели Педагог-психолог Воспитатели Специалисты	При поступлении в ДОУ Постоянно, несколько раз в день	Вновь поступившие в ДОУ дети Воспитатели Специалисты

	комната	Воспитатели Специалисты	Постоянно	С детьми и родителями всех групп	
4.	Формирование здорового образа жизни	ОБЖ Воспитание гигиенических навыков Валеология	Постоянно	С детьми и родителями всех групп	
		Воздушные ванны во время бодрящей гимнастики	Ежедневно после сна 5 – 10 мин.		
5.	Оздоровительно- профилактическое сопровождение - закаливание	Умывание прохладной водой рук до локтя	Ежедневно перед обедом	Все группы	
		Режим теплого комфорта в выборе одежды	Ежедневно	Все группы	
		Режим проветривания	Персонал группы. Специалисты	Ежедневно	Все группы
		Солнечные ванны	Воспитатели Родители Специалисты.	Весенне - летний период	Все группы
		Хождение босиком Игры с водой на прогулке	Персонал группы Воспитатели Специалисты.	Ежедневно Летний период	Все группы Все группы
6.	Иммунопрофилактика - фитонцидотерапия	Персонал группы	В период эпидемии – постоянно	Все группы	

		аллергических реакций)				
- вакцинация	Предварительный осмотр, вакцинация в мед.кабинете	Медсестра Врач	По прививочному календарю, по эпидпоказаниям	Все группы		
7.	Профилактическая работа	Контроль за осанкой	Воспитатели Специалисты Медсестра	Ежедневно по 10-15 мин. (физкультминутки, динамические паузы, занятия, гимнастики, режимные моменты)	Все группы	
		Профилактика плоскостопия	Воспитатели Специалисты Медсестра	2 раза в неделю по 10 мин. (Гимнастика, занятия физической культурой, муз.занятия)	Все группы	
		Дыхательные упражнения	Воспитатели	2 – 3 раза в неделю утром, 10 - 15 мин.	Все группы	
8.	Организация питания	Соблюдение питьевого режима Использование кипяченой охлажденной воды	Медсестра Повара	Постоянно	Все группы	

		Второй завтрак: соки, фрукты	Повар Персонал группы	Ежедневно	Все группы
9.	Организация двигательной активности	Выполнение режима двигательной активности группы	Воспитатели Специалисты	Постоянно	Все группы
		Утренняя гимнастика	Воспитатели	Ежедневно	Все группы
		Бодрая гимнастика после дневного сна	Воспитатели	Ежедневно	Все группы
		Занятия физической культурой	Инструктор по физической культуре	3 раза в неделю	Все группы
		Физкультминутки во время образовательной деятельности	Воспитатели	Ежедневно	Все группы
		Динамические паузы между занятиями	Воспитатели	Ежедневно	Все группы
		Подвижные игры в помещении и на прогулке	Воспитатели	Ежедневно	Все группы
		Спортивные игры	Инструктор по физической	2 раза в неделю	Все группы

	культуре, воспитатели			
Спортивные упражнения	Инструктор по физической культуре, воспитатели	2 раза в неделю	Все группы	
Физкультурные досуги	Инструктор по физической культуре	1 раз в месяц	Все группы, кроме групп раннего возраста	
Физкультурные праздники	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, старший воспитатель, воспитатели	2 раза в год	Все группы, кроме групп раннего возраста	
День здоровья	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели	1 раз в месяц	Все группы	
Неделя здоровья	Инструктор по физической культуре, музыкальный	1 раз в год	Все группы	

		руководитель, старший воспитатель, воспитатели		
	Каникулы	Инструктор по физической культуре, ст. восп-ль, воспитатели	2 раза в год	Все группы
	Олимпиада подвижных игр	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели	1 раз в год (май)	Все группы
	Самостоятельная двигательная активность	Воспитатели	Ежедневно	Все группы

План физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ детском саду № 50 Приморского района Санкт-Петербурга

Содержание	Дата	Ответственный
<i>Аналитико-диагностическая работа</i>		
1. Комплексная диагностика физических качеств и физического развития. 2. Диагностика психо-физиологических особенностей. 3. Проведение мониторинга: - физических, медицинских и речевых показателей дыхания; - группы ДЧБ; - нормативных документов, обеспечивающих коррекционно-оздоровительную работу.	Сентябрь, январь, май - // - До 10 октября	Воспитатели Старшие воспитатели, М/сестра,

<p>4. Антропометрия. 5. Диагностика знаний и умений культурно-гигиенических навыков. 6. Анализ заболеваемости за календарный год с выработкой рекомендаций. 7. Анализ заболеваемости за учебный год. 8. Оценка физического состояния здоровья вновь прибывших детей.</p>	<p>Раз в квартал Ноябрь, май Январь Май В течение года</p>	<p>воспитатели М/сестра Воспитатели Врач, медсестра</p>
<p>Организационно-педагогическая работа</p>		
<p>1. Семинар «Пути оптимизации здоровья детей» <i>Цели:</i> проанализировать результаты комплексной диагностики по физическому развитию, результаты мониторинга, анкетирование родителей; повысить профессиональный уровень педагогов в системе технологий, направленных на снижение заболеваемости. 2. Заполнение «Паспорта здоровья» с текущими данными. 3. Работа с группой ДЧБ. 4. Неделя педагогического мастерства. <i>Цели:</i> систематизировать знания педагогов о здоровьесберегающих образовательных технологиях; проанализировать начальные знания детей о соблюдении правил личной гигиены, валеологических знаний. 5. Проведение конкурса физкультурных уголков в группах, пособий – в музыкальном зале. <i>Цель:</i> проанализировать укомплектованность групп пособиями, агрибутами, дидактическими играми для выработки правильного дыхания, карточками п/и и т.п. 6. Педсовет «Ребёнок и его здоровье». <i>Цель:</i> проанализировать эффективность системы оздоровительных мероприятий в ДОУ по снижению заболеваемости, уровень знаний взрослых о потребностях в здоровом образе жизни, умений заботиться о своём здоровье. 7. Педагогический час. <i>Цель:</i> обсудить промежуточную и итоговую (годовую) диагностику физических, медицинских показаний детей. 8. Сотрудничество с поликлиникой в рамках договора для создания согласованности в работе по оздоровлению детей.</p>	<p>2-я неделя октября Январь, май, сентябрь 3-я неделя января 4-я неделя января 1-я неделя февраля Январь, май</p>	<p>Старший воспитатель, м/сестра, воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по физ.культуре Воспитатели Медсестра Старший воспитатель Старший воспитатель воспитатели, муз. руководитель, инструктор по физической культуре Старший воспитатель, воспитатели, муз.</p>

9. Разработка методического материала.	В течение года	руководитель, инструктор по физ.культуре Старший воспитатель, медсестра, специалисты.
Контроль		
1. Оперативный 2. Тематический контроль системы оздоровительных мероприятий. 3. Регулирования, коррекции, диагностики: - физических качеств и навыков; - индивидуальных психологических и физиологических особенностей; - культурно-гигиенических знаний и навыков; - речевых навыков; - музыкальных навыков; - мониторинг. 4. За заполнением тетради «здоровья» (учёт заболеваемости, тетрадь закаливания, паспорт здоровья). 5. За осуществлением физкультурно-оздоровительных мероприятий по формированию ЗУН. 7. За анализом уровня заболеваемости детей за календарный и учебный год.	Ежемесячно по плану 2-4 недели января Январь, май, сентябрь. Сентябрь Май, сентябрь -//- -//- Сентябрь -//- Январь, май, сентябрь	Ст.воспитатель, медсестра -//- -//- -//- Ст.воспитатель, медсестра Ст.воспитатель, медсестра
Работа с родителями		
1. Анкетирование. 2. Пополнение и расширение знаний через информационно-теоретическое содержание в родительском «Уголке здоровья», тематические ширмы; консультации, беседы, сообщения	В течение года	Ст.воспитатель, воспитатели, муз. руководитель,

<p>на родительских собраниях, фотовыставки; папки «Делимся опытом».</p> <p>3. Практическое обучение родителей через тренинги, семинары, «круглые столы».</p> <p>4. Показ детской деятельности на открытых мероприятиях, через видеозаписи и т.п. и запросу родителей.</p> <p>5. Привлечение родителей к совместным мероприятиям.</p> <p>6. Помощь в изготовлении и приобретении пособий.</p>		инструктор по ФК
<i>Материально-техническое оснащение</i>		
1. Приобретение спортивного инвентаря	В течение года	Завхоз, старший воспитатель
2. Оснащение медицинского кабинета.		

ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

<p>Физкультурно-оздоровительные</p>	<ul style="list-style-type: none"> - занятия физической культурой по программе ДОУ; - утренняя гимнастика; - подвижные игры; - индивидуальные задания в течение дня; - закаливающие процедуры; - элементы массажа, самомассажа. 	
<p>Утренняя гимнастика</p>	<p>Проводится воспитателем до завтрака (ежедневно) и включает простейшие гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений. Длительность – от 5 до 8 минут.</p>	
<p>Элементы физического воспитания в режиме дня</p>	<p>Включают п/и в период бодрствования в I и II половину дня. Игры могут проводиться в группе, на площадке или в зале. Проводит игры воспитатель или инструктор по физкультуре.</p> <p>Длительность игр 10-15 минут. В начале и в конце занятия оптимальны менее подвижные, чем в основной части, игры. Эту форму можно использовать от 2-3 до 5 раз в неделю.</p> <p>Характер мышечной работы в процессе игры подбирают с учётом патологии (например, дыхательная патология предусматривает игры с работой плечевого пояса, мышц грудной клетки, элементов звуковой гимнастики).</p>	
<p>Индивидуальные задания (для самостоятельного выполнения в домашних условиях)</p>	<p>Это комплекс упражнений, игр, направленных на развитие отстающего двигательного навыка или качества либо на ликвидацию остаточных явлений какой-либо патологии. Для всех детей с патологией дыхательной системы обязательны дыхательные упражнения.</p>	

<p>Закаливающие процедуры</p>	<p>Назначаются только врачом. При этом должна быть составлена схема проведения процедуры с учётом индивидуальных особенностей реакции на воздействие холода. Необходимо указать характер закаливающей процедуры (воздух, вода), зону и вид воздействия (например, для водной процедуры – обливание, обливание, душ), начальную и конечную температуру воздуха для проведения водного закаливания, кратность проведения. При проведении процедур со слабым характером закалывающего воздействия (мытьё рук холодной водой) возможен групповой способ.</p>
<p>Элементы массажа и самомассажа</p>	<p>Выполняет воспитатель при чтении потешек, пальчиковых игр и т.п.</p>

СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

1. Физические упражнения:

- общеразвивающие;
- дыхательные статические и динамические по «звуковой» методике;
- коррегирующие;
- гимнастические для мышц брюшного пресса, спины и поясничной области;
- для формирования правильной осанки;
- для формирования сводов стоп;
- на внимание и координацию движений;
- в расслаблении;
- в равновесии

2. Подвижные игры малой, средней и большой подвижности.

3. Массаж и самомассаж различных частей тела

4. Закаливающие процедуры (водой, воздухом, солнечные ванны).

Чередование общеразвивающих упражнений (ОРУ) и других специальных упражнений (СУ) с дыхательными проводятся в соотношении 1:2 или 1:3. Для реконвалесцентов острых заболеваний верхних дыхательных путей можно рекомендовать соотношение ДУ к ОРУ 1:1. На начальных этапах работы рекомендуется соотношение СУ и ОРУ 3-4:1, в конце курса – 1:2-3 соответственно.

Последовательно включаются следующие виды упражнений: для формирования сводов стоп; в диафрагмальном дыхании (3 года); дыхательные с удлиненным выдохом и с форсированным выдохом, с произношением гласных звуков; дыхательные динамические упражнения для формирования правильной осанки; дыхательные с акцентом на носовое дыхание; упражнения в расслаблении, на внимание и координацию.

Двигательные навыки и физические качества развиваются в последовательности их формирования в онтогенезе ребёнка. Особое внимание уделяется развитию отстающих движений.

Медицинские группы по физическому воспитанию

Группа	Медицинская характеристика	Допускаемые мероприятия
Основная	Отсутствие отклонений в физическом развитии и в состоянии здоровья, а также незначительные отклонения, но достаточная физическая подготовленность.	Занятия по программе физического воспитания в полном объёме.
Подготовительная	Незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, без существенных функциональных изменений, недостаточная степень физической подготовленности.	Занятия по программе физического воспитания при условии постепенной её реализации.
Специальная	Значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, являющиеся противопоказанием для занятий по образовательной программе в общих группах.	Занятия по шадащей методике (нормативы снижаются). Занятия лечебной или корригирующей гимнастикой.

Перевод из специальной группы в подготовительную и из подготовительной в основную и обратно производится при очередном ежегодном обследовании, а досрочно – после дополнительного обследования по представлению педагога или после перенесённых заболеваний.

Задачи:

1. Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и закаливанию организма.
2. Повышение умственной и физической работоспособности.
3. Формирование основных двигательных навыков и умений.

ПРИНЦИПЫ МЕТОДИКИ ЗАНЯТИЙ

1. Оздоровительный	<p>В начале необходимо восстановление здоровья, устранение приобретённых болезней, нарушений, предупреждение рецидивов заболеваний, а также возможных осложнений болезни.</p> <p>На первом этапе необходимо повысить адаптационные возможности организма детей к восприятию физических упражнений в привычных формах двигательной активности.</p> <p>На втором этапе необходима осторожная тренировка нарушений в ходе заболевания функций.</p> <p>На третьем этапе необходимо развивать двигательные качества и умения.</p>
---------------------------	--

2. Дифференцированный	Т.к. занятия с детьми, отнесенными по состоянию здоровья к специальной группе, не проводятся индивидуально, то педагог вместе с врачом должны уметь объединять воспитанников в группы по наиболее важным показателям реактивности организма (в зависимости от пола, возраста, физической подготовленности, заболевания).
3. Освоение и совершенствование двигательных навыков.	<p>Специальные медицинские группы к новому учебному году комплектуют на основе учёта:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● возраста; ● диагноза заболевания; ● функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем; ● физического развития; ● физической подготовленности.

Врачебно-педагогические наблюдения в ДОУ

Физкультурное занятие – основная форма обучения физическим упражнениям. На занятиях формируются навыки основных движений: ходьбы, бега, лазания, прыжков, метания.

Общая продолжительность занятия различна в зависимости от возраста.

Медико-педагогический контроль проводится врачом, медсестрой, воспитателем или инструктором по физической культуре 2 раза в год в каждой группе.

Общая плотность занятия определяется временем, затраченным на обучение, которое складывается из объяснения, показа упражнений, выполнения упражнений детьми, поправок и замечаний. Общая плотность занятия не должна быть ниже 90%.

Моторная плотность отражает двигательный компонент физкультурного занятия, т.е. время, в течение которого дети выполняют различные упражнения и находятся в движении. В младших группах элементы обучения с объяснениями, показом и контролем выполнения продолжительны по времени, поэтому моторная плотность занятия должна быть не менее 60%.

Физическая нагрузка определяется по динамике пульса. С достаточной степенью нагрузки учащение пульса после вводной части не менее чем на 20-25%; после общеразвивающих упражнений – не менее чем на 50%; после обучения основным движениям – не менее чем на 25%; после подвижной игры – до 70-90%. В конце занятия пульс либо восстанавливается, либо на 15% превышает его.

Любое занятие, в т.ч. и физкультурное, вызывает утомление. По степени его выраженности можно судить о нагрузке и при необходимости корректировать её. Небольшая степень утомления обязательна. При наличии у отдельных детей признаков средней степени утомления нагрузку следует ограничить (уменьшить число повторений упражнений, исключить наиболее трудные, удлинить отдых).

Внешние признаки утомления

Наблюдаемые признаки	Степени выраженности утомления	
	Небольшая	Средняя
Цвет лица, шеи	Небольшое покраснение	Значительное покраснение
Выражение лица	Спокойное	Напряжённое
Потоотделение	Незначительное	Выраженное
Дыхание	Несколько учащённое, ровное	Резко учащённое
Самочувствие	Бодрое, задания выполняет чётко	Движения неуверенные, нечёткие. Длительное возбуждение. Жалобы на усталость, отказ от выполнения задания.
Состояние ребёнка	Жалоб нет, хорошее	Жалобы на усталость, отказ от выполнения заданий

Взаимодействие с родителями

Весь процесс образования рассчитан на совместную работу детского сада и семьи, их взаимодействие. Модель взаимодействия состоит из трёх этапов.

1. Доадаптационный период.
2. Адаптационный период.
3. Последадаптационный период.

Доадаптационный период.

- Создание информационно-рекламной среды.
- Привлечь внимание родителей к учреждению помогает информационно-рекламная среда: ролик и реклама, визитная карточка ДОУ, публикация материала на сайте ГБДОУ.
- Сбор информации о потенциальных воспитанниках.
 - Родительская конференция «Здравствуй, малыш!».
 - Родительские групповые собрания.

Алгоритм прохождения адаптации

Первая неделя	Ребёнок находится в детском саду 1-2 часа (8.30-9.30) <i>Цели:</i> закладывать основы доверительного отношения к посторонним взрослым, симпатии к воспитателю; способствовать эмоциональному восприятию сверстников; подробно познакомиться с расположением помещений в группе.
Вторая неделя	Ребёнок находится в детском саду 2-3 часа. <i>Цели:</i> установить индивидуальный эмоциональный контакт с ребёнком (ребёнок сам идёт на руки, на колени, принимает ласку воспитателя, смело обращается за помощью); закладывать основы доброжелательного отношения к сверстникам, способствовать развитию игры «рядом»; побуждать к самостоятельным действиям в группе, закреплять умение ориентироваться в помещениях группы, находить предметы личного пользования (с помощью взрослого, опираясь на индивидуальную картинку).
Третья неделя	Посещение ребёнком ДОУ в первую половину дня. К концу недели ребёнок по желанию остаётся на дневной сон. <i>Цели:</i> приучать ребёнка к приёму пищи в ДОУ (привыкание к новому ассортименту блюд, их вкусовым качествам; привлекать к совместным играм по типу «Шли, шли, что-то нашли...»); учить слышать голос воспитателя, откликаться на его призыв, просьбу; формировать у детей навыки самообслуживания, побуждать к выполнению гигиенических процедур с помощью взрослого.
Четвёртая неделя	Дети посещают детский сад в течение всего дня. <i>Цели:</i> организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психический комфорт; развивать уверенность ребёнка в себе и в своих возможностях, побуждать активность, самостоятельность, инициативу; развивать чувство сопереживания, желание помочь и утешить вновь прибывших детей, установить незыблемые правила общения; подготовить ребёнка к расширению круга общения с другими сотрудниками ДОУ, со старшими детьми; поощрять культурно-гигиенические навыки.

Адаптационный период

1. Реализация мероприятий:

- Индивидуально-профилактические мероприятия;
- Индивидуальный гибкий режим в период адаптации;
- Подведение итогов адаптационного периода (переход на полный режим пребывания в ДОУ, составление отчётных материалов).

2. Работа с родителями и детьми, направленными муниципальной психолого-медико-педагогической комиссией в разные возрастные периоды:

- Заключение договора с родителями;
- Постепенное вхождение ребёнка в коллектив, организация гибкого плана работы в период адаптации;
- Организация единого режима в ДОУ и семье;
- Гибкий режим посещения ДОУ для сокращения адаптационного периода.

3. Для выявления групп медико-биологического и медико-социального риска среди детей используется скрининг-тест.

4. Для проведения проблемно-ориентированного анализа создаётся портрет семьи, содержащий полные сведения о биографических данных родителей, социально-бытовых условиях, взаимоотношениях между членами семьи, методах воспитания, особенностях соматического здоровья ребёнка.

Гибкий план воспитательно-образовательной работы в период адаптации

день	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
ПОНЕДЕЛЬНИК	<p>Приветствие малыша от имени игрушки (плюшевый мишка, зайка, кукла). Экскурсия по группе. Пальчиковая игра «Сорока-ворона».</p> <p>Игра «Чудесный мешочек».</p> <p>Раздача подарков.</p>	<p>Продолжить знакомство с группой. Рассказ-импровизация воспитателя о жизни игрушки и ребят.</p> <p>Игра «Сорока-сорока».</p> <p>Игра-забава «Музыкальная скачулка».</p> <p>П/и «Смотри, что я могу».</p> <p>«Ласковая минутка» - аудиозапись «Малыш у моря».</p>	<p>Продолжать знакомство с групповой комнатой.</p> <p>Сюжетная игра «Мы шли, шли...».</p> <p>П/и «Бегите ко мне».</p> <p>Минутка отдыха «Мягкая».</p> <p>Игра с водой «Плавает – тонет».</p> <p>Игры для развития мелкой моторики «Бусы».</p> <p>Хохотальная разминка.</p> <p>Самостоятельные игры.</p> <p>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».</p> <p>Ласковая минутка – слушание аудиозаписи «Классические мелодии для малышей»</p>	<p><i>Утро.</i></p> <p>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!»</p> <p>Лепка из солёного теста.</p> <p>Игра «Моем руки чисто».</p> <p>Игра-забава «Мыльные пузыри».</p> <p>Свободная деятельность.</p> <p>Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом».</p> <p>Ласковая минутка – слушание аудиозаписи «Классические мелодии для малышей».</p> <p>П/и «Поезд».</p> <p><i>Вечер.</i></p> <p>Игра-занятие «Кукла Катя проснулась» - обучение игровым навыкам.</p> <p>П/и со спортивным оборудованием, в сухом бассейне.</p> <p>Чтение х/л «Курочка Ряба».</p>

<p>Беседа «Кто у нас хороший?» (игра у зеркала). Игра «Идёт коза рогатая». Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!» Игра-путешествие «В гости к Мойдодыру» (в умывальную комнату). Подробное знакомство с индивидуальными предметами гигиены, правилами поведения. Катание на игрушках-качалках, каталках.</p>	<p>Рассматривание фотоальбома «Детский сад у нас хорош!», беседа о жизни в д/с. Игра «Чудесный мешочек». Раздача подарков. Игра «Идёт коза рогатая», «По кочкам». Игра-путешествие «В гости к Мойдодыру» - игровое упражнение «Найди свою картинку», Игры в сухом бассейне. Релаксация «Молчок». Хохотальная разминка</p>	<p>Беседа с детьми на интересующие их темы. Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?». Сюжетная игра «В гости к куклам». П/и «Самолёты». Экскурсия в музыкальный зал. Свободная деятельность. Игра «Смотри, что я могу». Ласковая минутка «В гостях у Сплюшки» - слушание аудиозаписи «Классические колыбельные».</p>	<p><i>Утро.</i> Рассматривание картинок на тему «Животные – беседа о домашних животных». Игра-забава «Где же наша...». Сюжетная игра «Загляни ко мне в окошко» Путешествие в музыкальный зал. Свободная деятельность. Игра «Идёт коза рогатая», «По кочкам, по кочкам». Минутка отдыха «У Сплюшки» - рассказывание воспитателем сказки-импровизации. Сюжетная игра «Прогоним капризок». П/и «Поезд». <i>Вечер.</i> Рассказ-инсценировка воспитателя «Для чего нужны карандаши?» - свободное рисование. П/и «Зайки». Игра-занятие «Заболела кукла Катя» - обучение игровым навыкам. Рассматривание картинок о жизни в д/с.</p>
---	---	---	---

<p>срел</p>	<p>Беседа о животных, живущих у детей дома. Знакомство с обитателями уголка природы в группе. Игр «Гушки-гутушки», повторение знакомых игр. П/и «Догони мяч». Игры с природным материалом «Волшебные коробочки». Чтение х/л.</p>	<p>Беседа «Кто у нас хороший?» (игра у зеркала). П/и «Смотри, что я могу». Рассматривание картинок о животных, рассказ-импровизация «Детский сад для лесных зверюшек». В гостях у Мойдодыра – обыгрывание стихотворений Н. Пикулевой «Умывалочка». Игры «Ехали мы, ехали...», «Ладушки». Иgra-забава «Воздушные шары». Релаксация «Молчок», аудиозапись «Голоса природы»</p>	<p>Чтение х/л, рассматривание иллюстраций. Сюжетная игра «Я иду в гости с подарками». П/и «Самолёты». Самостоятельная деятельность. Иgra с песком «Ловкие пальчики». Релаксация «Дедушка Молчок». Музыкальная игра «Мы в лесок пойдём». Иgra «В гостях у Мойдодыра» (закрепление правил поведения в санитарной комнате)</p>	<p><i>Утро.</i> Сюжетная игра «В гости к куклам». П/и «Самолёты». Самостоятельная деятельность. Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом». Музыкальная игра «Мы в лесок пойдём». Показ-инсценировка «Огуречик, огуречик». Иgra «В гостях у Мойдодыра» - закрепление первых культурно-гигиенических навыков. <i>Вечер.</i> Экскурсия по д/с – продолжить знакомство с ДОО, его сотрудниками. Игры со строительным материалом «Самолёт построим сами...». Иgra-занятие «Покормим куклу Катю обедом». Самостоятельная деятельность.</p>
-------------	--	--	---	--

ЧЕТВЕРГ	<p>Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с зайкой ждали Катю, Диму...», наблюдение в окно.</p> <p>Игра-забава «Минутка заводной игрушки».</p> <p>Игры «Ехали мы, ехали...», «Ладушки».</p> <p>Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живёт?».</p> <p>Знакомство с расположением игровых зон, игрушек, пособий.</p> <p>П/и «Смотри, что я могу».</p> <p>Игра-путешествие в «Комнату снов», знакомство с хозяйкой – куклой Сплюшкой».</p>	<p>Игра-путешествие по группе «Кто, кто в этом домике живёт?».</p> <p>Игры с крупой «Что там?».</p> <p>Игра-забава со звучащими, музыкальными игрушками.</p> <p>Минутка отдыха «Мягкая».</p> <p>Игра «По кочкам, по кочкам».</p> <p>Игра-путешествие в «Комнату снов», аудиозапись «Колыбельные».</p> <p>П/и – катание на каталках.</p>	<p>Беседы на интересующие детей темы.</p> <p>Сюжетная игра «Я иду к вам в гости с подарками».</p> <p>Рисование фломастерами, маркерами.</p> <p>П/и «Бегите ко мне».</p> <p>Минутка отдыха «У Сплюшки» - слушание аудиозаписи «Сказки Бониласки».</p> <p>Самостоятельная деятельность. Пальчиковые игры «Гости», «Ладушки».</p> <p>Свободные игры в спортивном уголке, сухом бассейне.</p> <p>Хохотальная разминка.</p>	<p><i>Утро.</i></p> <p>Игры с природным материалом «Сундучок с сокровищ».</p> <p>Сюжетная игра «Мы шли, шли...».</p> <p>Игра-забава с мыльными пузырями. П/и «Зайка».</p> <p>Минутка отдыха «На лесной полянке» - слушание аудиозаписи «Мальш в деревне».</p> <p>Самостоятельная деятельность.</p> <p>Сюжетная игра «Поможем найти игрушкам свой дом».</p> <p>Пальчиковая игра «Гости».</p> <p>Хохотальная разминка</p> <p><i>Вечер.</i></p> <p>Показ-инсценировка сказки «Курочка Ряба» (кукольный театр би-ба-бо).</p> <p>П/и «Самолёты».</p> <p>Самостоятельная деятельность. Пальчиковые игры «Гости», «Ладушки».</p>
----------------	--	---	--	---

<p align="center">ПРИНЦИПЫ</p>	<p>Беседа с ребёнком на интересующую его тему (о папиной машине, об игрушке, мультике и т.п.) Игра-забава с музыкальными игрушками. Игра «Идёт коза рогатая», «Тутшки-тутушки». Игра с крупной «Кто там спрятался?» В комнате Мойдодыра закрепление правил поведения (прививать навыки мытья рук). П/и «Догони мяч».</p>	<p>Рассказ-импровизация воспитателя «Как мы с зайкой ждали Катю, Диму...», наблюдение в окно. Игра «Давай-ка». П/и «Догони мяч». Самостоятельные игры с мячами. Ласковая минутка «Кто у нас хороший?». Игры с природным материалом (сенсорными игрушками поделками). В гостях у Мойдодыра – обыгрывание стихотворений Н. Пиккулевой «Умывалочка».</p>	<p>Наблюдение из окна группы за приходом детей в д/с. Сюжетная игра «Загляни ко мне в окошко». Игра-забава «Кто это хлопает в ладоши?». Показ-инсценировка потешки «Огуречик, огуречик». П/и «Самолёт». Минутка отдыха «У Сплюшки» - слушание аудиозаписи «Сказки Бониласки». Самостоятельная деятельность. Сюжетная игра «Прогоним капризнок». Игра «Моем руки чисто».</p>	<p><i>Утро.</i> Игра-забава «Воздушные шары». Сюжетная игра «Загляни ко мне в окошко». Пальчиковая игра «Сорока-ворона» Показ-инсценировка «Кисонька Мурысонька». Свободная деятельность. Сюжетная игра «Поможем игрушкам найти свой дом». П/и «Зайки». Минута отдыха «На лесной полянке». Игра с сенсорными игрушками-самоделками. <i>Вечер.</i> Игры с куклами «Покормим куклу», «Покатаем Катю в коляске». П/и «Догони мяч». Сенсорная игра «Бусы».</p>
---------------------------------------	--	---	---	--

Послеадаптационный период

1. Для коррекции физического и психического здоровья ребёнка большое значение имеет выполнение схемы индивидуальных лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий при непосредственном участии семьи.
2. Результаты психолого-педагогической диагностики доводятся до сведения родителей для ознакомления с уровнем физического и психического развития ребёнка и определения совместной деятельности.
3. Проследивание динамики развития ребёнка. Определение статуса его физического здоровья, ведение карты, паспорта здоровья позволит родителям получить полную информацию.
4. Важнейшее условие сотрудничества – организация их совместной деятельности, в которой родители не пассивные наблюдатели, а активные участники процесса. Для реализации этой работы в ДОУ используются традиционные и нетрадиционные коллективные и индивидуальные формы деятельности.

Работа с родителями

Родители должны активно участвовать в оздоровлении своих детей. С целью повышения их роли в профилактической работе рекомендуется провести цикл бесед:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь её с заболеваниями бронхо-лёгочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в ДОУ.
6. Роль закаливания в повышении резистентности к ОРЗ.
7. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
8. О питании дошкольников.
9. Особенности физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
10. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
11. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.
12. Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.
13. Вредные привычки у родителей (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и влияние их на здоровье детей.