

**План работы по внедрению здоровьесберегающих технологий
в воспитательно-образовательный процесс
на 2026-2027 учебный год**

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья				
Утренняя гимнастика	Во время утреннего приема детей	Проводится во всех возрастных группах в хорошо проветренном помещении	Воспитатели Музруководитель	
Гимнастика пробуждения	После подъема детей в спальне	Проводится во всех возрастных группах	Воспитатели	
Физкультминутки	Проводятся на занятиях, связанных с продолжительным сидением.	Комплексы ежемесячно меняются	Воспитатели	
Динамические паузы	Между занятиями, 10 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех возрастов в качестве профилактики утомления.	Воспитатели	
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.	Воспитатели	
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей. Используется для всех возрастных групп.	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И.Чайковский, С.Рахманинов), звуки природы	Воспитатели Музруководитель	

Гимнастика пальчиковая	С младшего дошкольного возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели	
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; во время занятий, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с млад. дошк. возраста	Рекомендуется использовать показ педагога	Воспитатели	
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения	Воспитатели	
2. Технологии обучения здоровому образу жизни				
Физкультурное занятие	2 раза в неделю в музыкальном зале. 1 раз на улице спортивные упражнения и игры	Занятия проводятся в соответствии с ОП ДО. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели	
Дни здоровья	1 раз в квартал, последняя пятница.	Проводятся с младшего дошкольного возраста	Воспитатели	
Физкультурные праздники и развлечения	Физ. развлечения проводятся 1 раз в месяц, физ. праздники 2 раза в год	Развлечения проводятся во всех возрастных группах. Физ. праздники со старшего дошкольного возраста	Воспитатели Музруководитель	
3. Коррекционные технологии				
Технологии музыкального воздействия: музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия	В различных формах музыкальной, физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.	Музруководитель Воспитатели	

Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин.	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Воспитатели	
Технологии воздействия цветом Цветотерапия	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели	
Смехотерапия	Проводится, начиная с младшего дошкольного возраста	Используются различные формы организации: физминутки, занятия, развлечения	Воспитатели	