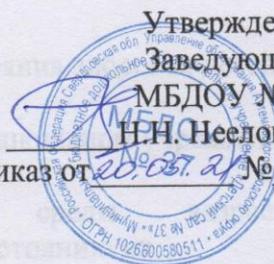


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №37»

Принято:
Педагогическим советом
МБДОУ №37
Протокол № 6
От 20.05.21

Утверждено:
Заведующий
МБДОУ №37
Н.Н. Нееловой
Приказ от 20.05.21 № 33



**Планирование физкультурно-оздоровительной работы
МБДОУ №37 на 2021-2022 учебный год**

Пояснительная записка

Комплексный план физкультурно-оздоровительной работы ДОУ разработан в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» СанПиН 2.4.1.3049-13 постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 декабря 2020 года N 39, разработан на основе государственного образовательного стандарта дошкольного образования по физическому развитию детей для дошкольных учреждений.

Цель: создание системы физкультурно-оздоровительных мероприятий, позволяющих эффективно решать задачи охраны и укрепления здоровья детей, формирование здорового образа жизни воспитанников через обеспечение взаимодействия ДОУ и семьи.

Задачи:

охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям путем закаливания.

формирования у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовки.

воспитание у детей личной физической культуры, формирование потребностей в физическом совершенствовании, вооружение знаниями, умениями и навыками, воспитание привычки к здоровому образу жизни. Ожидаемый результат:

Снижение уровня заболеваемости

Повышение уровня физической готовности

Сформированность осознанной потребности в ведении

здорового образа жизни.

Успешное решение поставленных задач и выполнение ФГОС ДО возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания (физических упражнений, рационального режима, закаливания). Чтобы обеспечить воспитания здорового ребенка, работа осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы.

Оздоровительная система строится с учетом особенностей возраста, физического развития и здоровья воспитанников и содержит следующие элементы:

организация режима и комплексная диагностика состояния здоровья детей;

организация двигательного режима;

охрана психического здоровья;
лечебно-профилактическая работа;

оздоровительная работа.

Организация режима и комплексная диагностика состояния здоровья детей

Задачи:

Создание комфортного режима пребывания детей в дошкольном учреждении.

Организация жизни детей в адаптационный период.

Определение соответствия образовательной среды возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников, состоянию их здоровья и своевременное выявления факторов риска для их здоровья и развития:

создание здоровьесберегающей среды, таких условий для работы, которые обеспечили бы высокую работоспособность детей во время занятий, позволили бы отодвинуть утомление и избежать переутомление;

изучение новейшей литературы по использованию оздоравливающей технологии.

Исследование состояния здоровья детей специалистами детской поликлиники, выявление функциональных нарушений:

осмотр детей специалистами детской поликлиники;

регулярный осмотр детей медсестрой, определение группы здоровья.

Отслеживание успешности обучения, воспитанников с целью диагностического наблюдения за их развитием, диагностирование общего уровня физ. подготовленности в начале и в конце учебного года.

2. Организация двигательного режима

Под руководством взрослых ежедневно проводятся мероприятия, способствующие активизации двигательной деятельности.

Утренняя гимнастика (ежедневно 5-7 мин.)

традиционная форма (комплекс ОРУ);

обыгрывание сюжета;

подвижные игры с разным уровнем подвижности;

с элементами ритмики;

оздоровительный бег (на воздухе);

Физкультурные занятия (3 раза в неделю.)

тематические;

комплексные;

сюжетные;

игровые;

на свежем воздухе;

контрольно-учетные.

Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием;

в среднем возрасте развить физические качества (выносливость, силу);

-в старших группах - сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность.

Подвижные и музыкальные игры в первой и второй половине дня на прогулке 3-4 раза в неделю (20-30 м.)

Корригирующая гимнастика после дневного сна (ежедневно 3-5 мин.)

Физкультминутки.

Самостоятельная двигательная деятельность.

Организация активного отдыха (спортивные досуги и развлечения, праздники, дни здоровья, каникулы и т.д.).

3. Охрана психического здоровья

Задачи:

создание условий, обеспечивающих психическое, физическое здоровье, эмоциональный комфорт;

обеспечение психологического комфорта и легкой, безболезненной адаптации детей к дошкольному учреждению.

диагностика и своевременная коррекция функциональных изменений в состоянии здоровья, развития речи и в формировании психологического статуса дошкольников.

Обеспечение психологического комфорта ребенка с целью сохранения физического и психического здоровья, которое включает:

эмоциональное благополучие (преобладание в процессе жизнедеятельности позитивных эмоций),

позитивная Я-концепция (положительное самовосприятие, самоотношение, самооценка),

благополучие и успешность в сфере общения и взаимоотношений (принятие ребенка родителями, сверстниками и педагогами).

Индивидуальные и групповые занятия направлены на

коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы.

На занятиях используются:

Психодиагностика.

Элементы аутотренинга и релаксации.

Психогимнастика.

Элементы музыкотерапии, сказкотерапии и смехотерапии.

4. Лечебно-профилактическая работа

Задачи:

Обеспечить индивидуальные меры укрепления здоровья детей.

Профилактика инфекционных заболеваний. Лечебно-профилактическая работа в детском саду строится на основе анализа заболеваемости в предыдущие годы, чтобы проследить степень эффективности предпринимаемых профилактических мер, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития, физической подготовленности.

Профилактическая работа направлена на повышение сопротивляемости и защитных сил организма.

Профилактическая работа

Контроль за состоянием здоровья детей.

Контроль за состоянием осанки и свода стопы.

Контроль за правильным дыханием на занятиях физкультуры, утренней гимнастики.

Подбор мебели в соответствии с ростом ребенка.

Витаминотерапия.

Сбалансированное питание.

Чесочно-луковые закуски.

Употребление соков, фруктов, овощей, витаминных салатов.

Ароматизация помещений (чесночные букетики).

Обеспечить эффективную физкультурно-оздоровительную работу можно только при условии сотрудничества медицины и педагогики.

Мероприятия комплексного плана лечебно-профилактической работы осуществляется медицинскими работниками.

5. Оздоровительная работа

Развитие движений в полной мере не обеспечивает укрепление здоровья, рекомендуется закалять детей ввиду того, что адаптация к температурным перепадам идет сложно, дети часто болеют простудными заболеваниями.

Особое внимание в режиме дня уделяется проведению закаливающих процедур. Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию привычек здорового образа жизни.

Система закаливания ежегодно корректируется медицинскими работниками детского сада в соответствии результатами и имеющимися условиями.

Эффективные закаливающие процедуры

Утренняя гимнастика в облегченной форме +

босохождение + воздушные ванны.

Обширное умывание прохладной водой.

Полоскание рта и горла прохладной водой.

Массаж лица, шеи, рук, ног, стоп.

Самомассаж стоп.

Босохождение по профилактическим дорожкам.

Физическое занятие на воздухе.

Босохождение по траве (лето).

Игры с водой во время прогулки (лето).

Воздушные ванны (ультрафиолетовые лучи, лето).

Ежедневные оздоровительные прогулки

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы она действительно давала эффект, виды деятельности на прогулке меняются в зависимости от предыдущего занятия. Так после занятия, на котором дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижных игр; после физкультурных, музыкальных мероприятий - с наблюдения, спокойных игр и т. д.

Группа раннего возраста

Задачи:

Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни.

Формировать навыки охраны личного здоровья.

Поддерживать (поощрять) потребность в самостоятельной двигательной активности.

В период адаптации важно не навредить ребёнку. На первоначальном этапе все закаливающие мероприятия необходимо начинать с чтения потешек, применять игровые приёмы. Мероприятия целесообразнее проводить небольшими подгруппами, с учётом индивидуальных особенностей здоровья детей. Игры тактильного характера вводятся с целью снятия внутреннего напряжения ребёнка и развития мелкой моторики.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Организация жизни детей в адаптационный период	Сентябрь, октябрь, ноябрь	Воспитатель	В течение года
2.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.	Ежедневно	Воспитатель, медсестра	
3.	Создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Ежедневно	Воспитатель	

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
2.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Физкультурная непосредственно-образовательная деятельность	Два раза в неделю	Воспитатель	
4.	Подвижные игры — бессюжетные; — сюжетные; — игры-забавы	Ежедневно	Воспитатель	
5.	Музыкально-ритмические движения	На муз. НОД	Музыкальный руководитель	
6.	Физкультминутки	Ежедневно во время обучающих занятий	Воспитатель	
7.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатель	
8.	Физкультурный досуг	Два раза в месяц	Воспитатель, Музыкальный руководитель	
9.	Прогулки	Ежедневно	Воспитатель	

ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Использование приемов релаксации, музыкальные паузы и т.д.	Ежедневно	воспитатель	В течение года

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Ароматерапия «Чесночные» Киндеры	Ежедневно	Воспитатель	В холодный период года
2.	Витаминные салаты	Ежедневно	Медсестра	В течение года
3.	Сок, фрукты	Второй завтрак	Медсестра	

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето
2.	Воздушные и солнечные ванны	Ежедневно	Воспитатель	Лето
3.	Босохождение: ходьба и бег по ковру в носках	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

Младшие группы

Задачи:

Формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности.

Формировать навыки культурного поведения; добиваться понимания детьми предъявляемых им требований.

Знакомить детей с факторами, влияющими на их здоровье.

Воспитывать потребность в двигательной активности.

Со второй младшей группы используются социоигровые методы работы, что является основным фактором для создания здоровьесберегающей среды. В сочетании с контрастными воздушными ваннами для детей младшего дошкольного возраста полезно использовать игровые дорожки (разные коврики, ребристые доски, лесенки и т.д.). Применение этих снарядов не только делает процедуру интересной, но и развивает двигательную активность детей.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей.	Ежедневно	Воспитатель, медсестра	В течение года
2.	Создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Ежедневно	Воспитатель	

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
2.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Физкультурная непосредственно-образовательная деятельность	Три раза в неделю	Воспитатель	
4.	Подвижные игры бессюжетные; сюжетные; игры-забавы	Ежедневно	Воспитатель	
5.	Физкультминутки	Ежедневно во время обучающих занятий	Воспитатель	
6.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатель	
7.	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель	
8.	Физкультурный досуг	Два раза в месяц	Воспитатель Муз.рук	
9.	Прогулки	Ежедневно	Воспитатель	

ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
2.	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	воспитатель	В течение года

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
4.	Ароматерапия «Чесночные» Киндеры	Ежедневно	Воспитатель	В холодный период года
5.	Витаминные салаты	Ежедневно	Медсестра	В течение года
6.	Сок, фрукты	Второй завтрак	Медсестра	

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
4.	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето
5.	Воздушные и солнечные ванны	Ежедневно	Воспитатель	Лето
6.	Закаливание: ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия	Ежедневно	Воспитатель	В течение года

Средние группы

Задачи:

Закреплять потребность в чистоте и аккуратности, продолжать формировать навыки культурного поведения.

Продолжать знакомить с факторами, влияющими на здоровье.

Развивать умение осознать и сформулировать свои переживания, потребности, желания.

Формировать элементарные представления о видах спорта.

В средней группе контрастное закаливание в форме воздушных ванн сочетается с оздоровительным бегом после дневного сна. Перебежки из холодного помещения в тёплое проводятся в играх «Самолётики», «Перелётные птицы» и т.д.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, выявлением жалоб родителей.	Ежедневно	Воспитатель, медсестра	В течение года
2.	Утренний приём и гимнастика на свежем воздухе.	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Ежедневно	Воспитатель	

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
2.	Физкультурная непосредственно-образовательная деятельность	Три раза в неделю	Воспитатель	
3.	Подвижные игры: сюжетные; бессюжетные; игры-забавы; соревнования	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Физкультминутки	Ежедневно во время обучающих занятий	Воспитатель	
5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатель	
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель	
7.	Прогулки	Ежедневно	Воспитатель	
8.	Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатель	
9.	Физкультурный досуг Спортивный праздник	Два раза в месяц	Воспитатель, муз.рук	

ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	воспитатель	В течение года

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Ароматерапия «Чесночные» Киндеры	Ежедневно	Воспитатель	В холодный период года
2.	Витаминные салаты	Ежедневно	Медсестра	В течение года
3.	Сок, фрукты	Второй завтрак	медсестра	

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето
2.	Воздушные и солнечные ванны	Ежедневно	Воспитатель	Лето
3.	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приёма пищи.	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4.	Умывание прохладной водой	Ежедневно	Воспитатель	
5.	Закаливание: ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия	Ежедневно	Воспитатель	

Старшие группы

Задачи:

Способствовать накоплению знаний о факторах, влияющих на здоровье человека.

Формировать позитивное отношение к гигиеническим навыкам, соотносить знания детей о культуре тела и психогигиене с реальными действиями в повседневной жизни.

Способствовать формированию представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека.

Стимулировать ребёнка активно включаться в процесс физического развития.

Контрастные воздушные ванны после дневного сна в старшей группе проводятся в сочетании с выполнением различных заданий на развитие воображения и элементов творчества, со словесным сопровождением для дополнительной тренировки голосового аппарата.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, выявлением жалоб родителей.	Ежедневно	Воспитатель, медсестра	В течение года
2.	Утренний приём и гимнастика на свежем воздухе.	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Ежедневно	Воспитатель	

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
2.	Физкультурная непосредственно-образовательная деятельность	Три раза в неделю	Воспитатель	
3.	Подвижные игры: сюжетные; бессюжетные; игры-забавы; соревнования	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Физкультминутки	Ежедневно во время обучающих занятий	Воспитатель	
5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатель	
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель	
7.	Прогулки	Ежедневно	Воспитатель	
8.	Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатель	
9.	Физкультурный досуг/ Спортивный праздник	Два раза в	Воспитатель, Муз.рук	

ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	воспитатель	В течение года

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Аромотерапия «Чесночные» Киндеры	Ежедневно	Воспитатель	В холодный период года
2.	Витаминные салаты	Ежедневно	медсестра	В течение года
3.	Сок, фрукты	Второй завтрак	медсестра	

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето
2.	Воздушные и солнечные ванны	Ежедневно	Воспитатель	Лето
3.	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приёма пищи.	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4.	Умывание прохладной водой	Ежедневно	Воспитатель	
5.	Закаливание: ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, упражнения на профилактику плоскостопия	Ежедневно	Воспитатель	

Подготовительные группы

Задачи:

Способствовать формированию устойчивого интереса к занятиям физкультурой и спортом через ознакомление с доступными для детей сведениями из истории развития Олимпийского движения.

Развивать самосознание и умственную саморегуляцию в действиях.

Формировать представление о том, что человек – часть природы, что природа и человек имеют внутреннюю и внешнюю гармонию.

В подготовительной группе вводится музыкальное сопровождение, что создаёт радостный эмоциональный фон. Дети выполняют движения циклично (бег, ходьба, элементы аэробики) попеременно в холодном и тёплом помещениях. Такие элементы имеют большое значение в поддержании интереса детей к закаливающей процедуре.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Приём детей в группе с обязательным осмотром, выявлением жалоб родителей.	Ежедневно	Воспитатель, медсестра	В течение года
2.	Утренний приём и гимнастика на свежем воздухе.	Ежедневно	Воспитатель	
3.	Создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.	Ежедневно	Воспитатель	

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственные	Время
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
2.	Физкультурная непосредственно-образовательная деятельность	Три раза в неделю	Воспитатель	
3.	Подвижные игры: сюжетные; бессюжетные; игры-забавы; соревнования	Ежедневно	Воспитатель	
4.	Физкультминутки	Ежедневно во время обучающих занятий	Воспитатель	
5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно	Воспитатель	
6.	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель	
7.	Прогулки	Ежедневно	Воспитатель	
8.	Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатель	
9.	Физкультурный досуг Спортивный праздник	Два раза в месяц	Воспитатель, Муз.рук	

ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный	Время
1.	Профилактика психических нарушений проявляемых в тревожности	Ежедневно	воспитатель	В течение года

ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный	Время
1.	Ароматерапия «Чесночные» Киндеры	Ежедневно	Воспитатель	В холодный период года
2.	Витаминные салаты	Ежедневно	медсестра	В течение года
3.	Сок, фрукты	Второй завтрак	медсестра	

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№	Содержание	Периодичность выполнения	Ответственный	Время
1.	Игры с водой и песком	Ежедневно	Воспитатель	Лето
2.	Воздушные и солнечные ванны	Ежедневно	Воспитатель	Лето
3.	Полоскание рта водой комнатной температуры после каждого приёма пищи.	Ежедневно	Воспитатель	В течение года
4.	Умывание прохладной водой	Ежедневно	Воспитатель	
5.	Закаливание: ходьба по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия, упражнения на профилактику плоскостопия	Ежедневно	Воспитатель	