

Рассмотрен
на Педагогическом совете
протокол №1
от 31.08.2018 г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №40 г. Белгорода
С. Коваленко
Приказ № 42 от 03.09.2018 г.



**План мероприятий
по профилактике нарушений
опорно-двигательного аппарата детей средних групп
музыкального руководителя Петраковой Н.Ю. на 2018-19 учебный год
МБДОУ д/с №40 г. Белгород**

Цель: Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей, способствовать профилактике заболеваний опорно – двигательного аппарата.

Пояснение: Структура музыкального занятия подразумевает постоянную, систематическую работу по профилактике нарушений ОДА: формирование осанки, умение держать голову и корпус прямо; дыхательные упражнения; певческие упражнения; музыкально-ритмические упражнения; игры и пляски; пальчиковая гимнастика, игровой массаж.

| месяц | Название игр и упражнений |
|----------|---|
| сентябрь | «Марш» Игра «Барабанщик» Упражнение «Качание рук с лентами» Упражнение «Пружинка» Пляска «Нам весело» Пальчиковая гимнастика «Побежали вдоль реки» Игра «Кот Васька» |
| октябрь | «Марш» Упражнение для рук Упражнение «Лошадки» Упражнение «Притопы с топотушками» Пальчиковая гимнастика «Вышли пальчики гулять» «Танец осенних листочков» Игра «Ловишки» |
| ноябрь | Упражнение «Ходьба и бег» Упражнение «Прыжки» Простой хороводный шаг Пальчиковая гимнастика «Капуста» |

| | |
|---------|--|
| декабрь | <p>«Упражнение с погремушками» Упражнение «Шагаем, как медведи» Упражнение «Мячики» Пальчиковая гимнастика «Пальчики» «Пляска с султанчиками» Игра «Зайцы и лиса»</p> |
| январь | <p>«Марш» Упражнение «Выставление ноги на носочек» Пальчиковая гимнастика «Овечка» Пляска «Покажи ладошки» Игра «Паровоз» Оформить подборку пальчиковых игр для родителей</p> |
| февраль | <p>Упражнение «Всадники» Игра с погремушками Пальчиковая гимнастика «Шарик» Игра «Дети и медведь»</p> |
| март | <p>«Марш» Игра «Скачут по дорожке» Игра «Мячики» Пальчиковая гимнастика «Пекарь» Пляска с платочками Хоровод: р.н.п. «Кто у нас хороший»</p> |
| апрель | <p>Упражнение «Дудочка» «Упражнение с флажками» Пальчиковая гимнастика «Замок» «Веселый танец» Игра «Летчики, на аэродром» Игра «Жмурки» Подготовить просветительский материал для родителей</p> |
| май | <p>Упражнение «Подскоки» «Хороводный шаг» Упражнение «Скачут лошадки» Упражнение для рук «Упражнение с флажками»</p> |