

## Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
1	2	3	4	5
<b>I. МОНИТОРИНГ</b>				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае)	Старшая медсестра Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовит	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
<b>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура - в зале - на воздухе	Все группы	2 раза в нед 2 раза 1 раз	Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовит	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	ЛФК	Все группы	2 раза в неделю	Группа оздоровительной направленности
8.	День здоровья	Все группы,	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре, ст. медсестра, музыкальный
9.	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре Воспитатели, музыкальный руководитель
10.	Физкультурные праздники	Старшая, подготовит	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
<b>III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с род.) Все группы		В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции) Ст. медсестра	

**IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыки на занятиях физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
2.	Фитотерапия а) полоскания горла отварами трав б) фиточай витаминный в) фитоадептогены (женьшень, элеутеракок)	По назначению врача	2 раза в год (ноябрь, май) курсом в 20 дней 1 раз в год курсом в 20 дней 1 раз в год (ноябрь)	Врач, ст. медсестра Ст. медсестра, врач
3.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели

**V. ЗАКАЛИВАНИЕ**

1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, воспитатель по физкультуре, инструктор по плаванию
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на занятии физкультурой	Воспитатели, воспитатель по физкультуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

**VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ**

1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно 10.00	Младшие воспитатели, воспитатели
----	-----------------------------	------------	-----------------	----------------------------------