

Система оздоровительной работы

| № п\п | Мероприятия | Группы | Периодичность | Ответственные |
|-------|---|--|--|---|
| 1. | Обеспечение здорового ритма жизни: - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня; - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей; - организация благоприятного микроклимата. | 1 младшая группа Все группы Все группы | Ежедневно в адаптационный период Ежедневно Ежедневно | Воспитатели, медик, педагоги все педагоги, медик |
| 2. | Двигательная активность | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, Инструктор по физкультуре |
| 2.1. | Утренняя гимнастика | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, Инструктор по физкультуре |
| 2.2. | Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице. | Все группы Все группы | 2 р. в неделю 1 р. в неделю | Инструктор по физкультуре Воспитатели |
| 2.3. | Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.) | Во всех группах | 2 р. в неделю | Воспитатели |

| | | | | |
|-----------|---|--|---|---|
| 2.4. | Элементы спортивных игр | старшая, подготовительная | 2 р. в неделю | Воспитатели, Инструктор по физкультуре |
| 2.5 | Кружковая работа | старшая, подготовительная | 1 р. в неделю | Инструктор по физкультуре |
| 2.6. | Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг; - поход в лес. | Все группы Все группы Подготовительная | 1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 р. в год | Инструктор по физкультуре, Воспитатели |
| 2.7. | Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты» | все группы подготовительная | 1 р. в год 1 р. в год | Инструктор по физкультуре, Воспитатели, Музыкальные руководители. |
| 2.8. | Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится) | Все группы | 1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком) | Все педагоги |
| 3. | Лечебно – профилактические мероприятия | | | |
| 3.1. | Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия) | Все группы | В неблагоприятный период (осень, весна) | Воспитатели, Медсестра |
| 3.2. | Физиотерапевтические процедуры (кварцевание,) | Все группы | В неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе) | Медсестра |

| | | | | |
|-----------|---------------------------------|------------|---|------------------------------|
| 3.3. | Фитонезидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | В неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе) | Воспитатели, Медсестра |
| 4. | Закаливание | | | |
| 4.1. | Контрастные воздушные ванны | Все группы | После дневного сна | Воспитатели |
| 4.2. | Ходьба босиком | Все группы | Лето | Воспитатели |
| 4.3. | Облегчённая одежда детей | Все группы | В течении дня | Воспитатели, мл. воспитатели |
| 4.4. | Мытьё рук, лица | Все группы | Несколько раз в день | Воспитатели |

