

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 | Воспитатели, диетсестра, педагоги все педагоги, диетсестра, |
| 2. | Двигательная активность | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, |
| 2.1. | Утренняя гимнастика | Все группы | Ежедневно | Воспитатели, |
| 2.2. | Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале; на спортивной площадке. | Все группы Все группы | 2 р. в неделю 1 р. в неделю | 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 |
| 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 | Воспитатели |

| | | | | |
|------|---|------------------------------------|---|--------------------------------|
| | | ая | | |
| 2.7. | Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты» | все группы подготовительна я | 1 р. в год 1 р. в год | Воспитатели, муз. Рук. |
| 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. | Витаминотерапия | Все группы | Курсы 2 р. в год | диетсестра |
| 3.2. | Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия) | Все группы | В неблагоприятный период (осень, весна) | воспитатели |
| 3.3. | Фитонезидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе) | Воспитатели |
| 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 |