**Система физкультурно-оздоровительной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Группа ДОУ** | **Периодичность** | **Ответственный** |
|  **I. МОНИТОРИНГ** |
| 1. | Определение уровня физического развития.Определение уровня физической подготовленности детей | Все | 2 раза в год (в сентябре и мае) | Старшая медсестраИнструктор по физкультуре, воспитатели групп |
| 2. | Диспансеризация | Младшиесредние, старшие, подготовительныея | 1 раз в год | Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач |
| **II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** |
| 1. | Утренняя гимнастика | Всегруппы | Ежедневно | Воспитатели групп, инструктор ФК воспитатели по физкультуре |
| 2. | Физическая культура - в помещении- на улице воздухе | Все группы | 3 раза в неделю(2 раза в неделю,1 раз в неделю)  | 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 | Старшие, подготовительные группы | 2 раза в неделю | Воспитатели групп |
| 7. |  Физкультурные досуги | Все | 1 раз в месяц | Инструктор ФК, воспитатели групп. |
| 8. | Физкультурные праздники | Все | 2 раза в год  | Инструктор ФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп.  |
| 9. | День здоровья | Все группы, кроме младших |  1 раз в месяц | Инструктор ФК, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| **III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ** |
| 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 возникновения инфекции (осень, весна) | Ст. медсестра |
| **IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ** |
| 1. | Фитонцидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания | Ст. медсестра, младшие воспитатели |
| **V. ЗАКАЛИВАНИЕ** |
| 2. | Ходьба босиком | Все группы | После сна | Воспитатели, |
| 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 |