

**Система физкультурно-оздоровительных мероприятий в МДОУ «Детский сад №19»**

№ п/п	Формы работы, группы	Периодичность	Ответственный
<b>I. МОНИТОРИНГ</b>			
1.	Уровень физического развития (рост, масса, и.т.д.). Рекомендации.	2 раза в год, ежеквартально.	Медицинский работник.
2.	Уровень физической подготовленности (уровень развития двигательных умений и навыков)	2 раза в год, декабрь, май.	Инструктор по ф/к, воспитатели групп.
3.	Осмотр детей специалистами ЦРБ	1 раз в год	Заведующий, Медицинский работник.
<b>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ</b>			
1.	Утренняя гимнастика и гимнастика после дневного сна (все возрастные группы)	Ежедневно	Воспитатели.
2.	Физкультурные занятия в группе (все возрастные группы)	2 раза в неделю	Инструктор по ф/к, воспитатели групп.
3.	Физкультурные занятия на улице (старшая группа)	1 раз в неделю	Инструктор по ф/к
4.	Подвижная игра (все возрастные группы)	3 раза в день	Воспитатели групп.
5.	Спортивные упражнения (разновозрастная группа 3-7 лет и ГКН с ТНР)	2 раза в неделю	Воспитатели групп.
6.	Спортивные игры (элементы), (разновозрастная группа 3-7 лет и ГКН с ТНР)	2 раза в неделю	Воспитатели групп.
7.	Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Инструктор по ф/к, воспитатели групп.
8.	Спортивные праздники (все группы)	2 раза в год	Инструктор по ф/к, музыкальный руководитель, воспитатели групп.
9.	«Неделя здоровья» (все группы)	2 раза в год	Сотрудники дошкольного учреждения.
10.	Каникулы (все группы)	зимние, летние	Сотрудники дошкольного учреждения.

11.	Физминутки	Ежедневно	Воспитатели групп, специалисты
<b>III. ЛЕЧЕБНО – ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>			
1.	Контроль за температурным, воздушным и световым режимом, режимом дня, санитарным состоянием в группах	В течение года	Медицинский работник.
2.	Термометрия	Ежедневно	
3.	Витаминотерапия (все группы) (соки натуральные, фрукты, молоко, витамины)	Ежедневно	Медицинский работник, воспитатели групп, младшие воспитатели
4.	Осмотр детей на педикулез	Каждые 7 дней в течение года	Медицинский работник.
5.	Обследование на энтеробиоз	1 раз в год	Медицинский работник.
6.	Профилактические прививки	В течение года (в соответствии с планом)	Медицинский работник.
7.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (все группы)	Осенне-зимний период	.
<b>IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ</b>			
1.	Аэрация групп мелконарезанным чесноком и луком.	В неблагоприятные периоды курсами по 10 дней	Медицинский работник, воспитатели групп, младшие воспитатели
2.	Салат из лука	В неблагоприятные периоды	Медицинский работник, воспитатели групп, младшие воспитатели, повар
3.	Натуро терапия (чесночные бусы, медальоны)	В неблагоприятные периоды	Родители
<b>V. ЗАКАЛИВАНИЕ</b>			
1.	Контрастные воздушные ванны (все группы)	После дневного сна	Воспитатели групп
2.	Ходьба босиком (все группы) по массажным коврикам	После дневного сна	Воспитатели групп
3.	Солнечные ванны – дозированное пребывание на солнце	Май – август	Медицинский работник, воспитатели групп

4.	Облегченная одежда детей (все группы)	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели.
5.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой (все группы)	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
6.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатели
7.	Переход из помещения в помещение с пониженной температурой	Ежедневно	Младшие воспитатели, воспитатели групп
<b>VI. СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ СРЕДЫ</b>			
1.	Санитарно-гигиенический режим (подбор мебели, кварцевание, освещенность, тепловой режим, соблюдение санэпидрежима)	Ежедневно	Медицинский работник, воспитатели групп, младшие воспитатели
2.	Режим проветривания	Ежедневно	Младшие воспитатели
3.	Питьевой режим	Ежедневно	Младшие воспитатели, повар
4.	Режим дня, нагрузок, отдыха	Ежедневно	Воспитатели групп