**СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**В дошкольном ЦЕНТРЕ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА №1 г.п.Зельва**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Группа  | Периодичность | Ответственный |
| **I. МОНИТОРИНГ** |
| 1 | Определение  уровня физического развития.Определение уровня  физической подготовленности детей | Все | 2 раза в год (в сентябре и мае) | Старшая медсестраРуководитель по физической культуре, воспитатели групп |
| 2. | Диспансеризация | Все группы | 1 раз в год | Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра |
| 3. | Профилактический осмотр стоматолога (согласно плана УЗ)  | Средние, старший | 1 раз в год | Стоматолог,Старшая медсестра |
| **II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** |
| 1. | Утренняя гимнастика | Все | Ежедневно | Воспитатели групп, руководитель по физкультуре |
| 2. | Физическая  культурав зале и на воздухе  | Все | Ежедневно  | Руководитель по физкультуре, воспитатели групп |
| 3. | Подвижные игры | Все | 2 раза в день | Воспитатели групп |
| 4. | Занятия ритмикой | Средние, старшие | 2 раза в неделю | Руководитель кружка |
| 5. | Спортивные игры | Старшая  | 2 раза в неделю | Руководитель по физкультуре, воспитатели групп |
| 6. | Спортивные упражнения | Средние  | 2 раза в неделю | Руководитель по физкультуре, воспитатели групп |
| 7. | Физкультурные досуги | Средняя, старшая | 2 раза в месяц | Руководитель по физкультуре |
| младшие | 1 раз в месяц |
| 9. | Физкультурные праздники | Все | 2-3 раза в год | Руководитель по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп. |
| 10. | День здоровья | Все группы | 1 раз в квартал | Руководитель по физкультуре,  старшая медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| 11. | Каникулы | Все группы | 2 раза в год | Все педагоги  |
| 13. | Физкульт.минутки | Все группы | На каждом занятии | Воспитатели, специалисты |
| **III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ** |
| 1 | Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние  фильтры, взаимодействие с родителями.) | Все группы | В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции | Старшая медсестра |
| **IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ** |
| 1. | Музыкотерапия | Все группы | Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном | Музыкальный руководитель, воспитатель группы |
| 2. | Фитонцидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания | Старшая медсестра,  воспитатели |
| **V. ЗАКАЛИВАНИЕ** |   |
| 1. | Контрастные воздушные ванны | Все группы | После дневного сна, на физкультурных занятиях | Воспитатели, руководитель по физкультуре |
| 2. | Ходьба босиком по индивидуальным прикроватным коврикам | Все группы | После сна | Воспитатели |
| 3. | Облегченная одежда детей | Все группы | В течение дня | Воспитатели, помощники воспитателей |
| 4. | Мытье рук, лица | Все группы | В течение дня | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 5. | Полоскание рта | Все группы, | После каждого приема пищи | Воспитатели, младшие воспитатели |
| **VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ** |   |
| 1. | Соки натуральные или фрукты | Все группы | Ежедневно 10.30 | Помощники воспитателей, воспитатели |