**План по физкультурно-оздоровительной работе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Группы ДОУ | Периодичность | Ответственный |
| **I. МОНИТОРИНГ** |
| 1. | Определение уровня фи­зического развития.  | Все | 2 раза в год(в сентябре и мае) | Рук-ль по физ. культуре, воспитатели групп, медсестра |
| 2. | Диспансеризация | Средняя, старшая, под­готовительная | 1 раз в год | Специалисты детской по­ликлиники, мед­сестра |
| **II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** |
| 1. | Утренняя гимнастика | ВсеГруппы | Ежедневно | Воспитатели групп, музыкальный руководитель |
| 2. | Физическая культура в группе  | Все группы  | 2 раза в неделю  | Рук-ль по физкультуре  |
| 3. | Физическая культура на воздухе | Все группы | 1 раз в неделю  | Воспитатели групп |
| 4. | Подвижные игры | Все группы | 2 раза в день | Воспитатели групп |
| 5. | Гимнастика пробуждения после дневного сна | Все группы | Ежедневно | Воспитатели групп |
| 6. | Спортивные упражнения | Все группы | 2 раза в неделю | Рук-ль по физкультуре  |
| 7. | Спортивные игры | Старшая, под­готовительная группы | 2 раза в неделю | Рук-ль по физкультуре  |
| 8. | «Школа мяча» | Все группы | 1 раз в неделю | Воспитатели групп (индивидуальная работа с детьми) |
| 9. | «Школа скакалки» | Все группы | 1 раз в неделю | Воспитатели групп (индивидуальная работа с детьми) |
|  | **Активный отдых:** |  |  |  |
| 1 | Физкуль­турные досуги | Все | 1 раз в месяц | Рук-ль по физкультуре  |
| 2 | Физкультурные праздники | Все | 1 раз в месяц | Рук-ль по физкультуре |
| 3 | День здоровья | Все | 2 раза в год  | Рук-ль по физкуль­туре, музыкальный рук-ль, воспитатели групп |
| 4 | Неделя «Зимних игр и забав» | Все группы | 1 раз в год (в любой зимний месяц) | Все педагоги  |
|  | **Дополнительнаядвигательная деятельность:** |  |
| 1 | Вечер русских народных игр и забав | Все группы | 2 раза в год | Рук-ль по физической культуре , музыкальный руководитель |
| **III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ** |
| 1 | Витаминотерапия | Все группы | 2 раза в год |  медсестра |
| 2 | Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренниефильтры , работа с родителями) | Все группы | В неблагоприят­ные периоды (осень-весна)воз­никновения ин­фекции) | медсестра |
| 3 | Физиотерапевтические про­цедуры: кварцевание, | По показани­ям и назначе­ниям врача | В течение года |  медсестра |
| 4 | Гимнастика для стимуляции речевых центров:Логоритмика;Пальчиковая гимнастика | По назначениям специалиста | В течении года | Учитель-логопед |
| 5 | Психогимнастика | Все | Методику определяет психолог | Психолог |
| 6 | Расслабляющий массаж | По назначе­нию | В адаптационный период | Психолог, воспитатель по физкультуре |
| **IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ** |
| 1. | Музыкотерапия | Все группы | Использование музыкального со­провождения на занятиях изобра­зительной дея­тельности, физ­культуре и перед сном | Музыкальный руководи­тель |
| 2 | Сказкотерапия | Все группы | Вводится во все виды деятельности | Учитель-логопедВоспитателиМуз. руководительРук-ль. по физ.культ. |
| 3 | Арттерапия | Все группы | Методику определяет специалист | Воспитатели |
| 4 | Фитотерапияфиточай витаминный  | Все группы | В течении года | медсестра |
| 5 | Фитонцидотерапия(лук, чеснок) | Все группы | Неблагоприятные периоды, эпиде­мии, инфекцион­ные заболевания | медсестра |
| **V. ЗАКАЛИВАНИЕ** |
| 1 | Контрастные воздушные ванны | Все группы | После дневного сна, на физкуль­турных занятиях | Воспитатели, рук-ль по физкультуре |
| 2 | Ходьба босиком | Все группы | После сна, на за­нятии физкульту­рой  | Воспитатели, рук-ль по физкультуре |
| 3 | Облегченная одежда детей | Все группы | В течение дня | Воспитатели |
| 4 | Мытье рук, лица, шеи про­хладной водой | Все группы | В течение дня | Воспитатели |
| **VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ** |
| 1 | Соки натуральные или фрукты | Все группы | Ежедневно 10.00-11.00 | Помощники воспитателя |
| **VII. Социальное партнерство С РОДИТЕЛЯМИ** |
| 1 | Семейный клуб | Все группы | 1 раз в два месяца | Воспитатели., все специалисты ДОУ |
| 2 | Тренинги для родителей по проблемам |     Все группы | 1 раз в два месяца | Психолог, учитель-логопед |
| 3 | ПМПк |      Все группы | По необходимости, не реже 2-х раз в год | Специалисты ДОУ |
| 6. | Мастер-классы по проблемам:-по питанию;-по закаливанию;-по организации физкультуры дома | Все группы | График определяется на встрече с родителями в начале года | Руководитель ДОУ, зам.зав. по ВМР, медсестра, врач, воспитатели, рук-ль по физической культуре |
| 7. | Оформление информационных стендов | Все группы | В течении года | Все педагоги ДОУ |