**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 | | Все  Группы | | 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-логопед  Воспитатели  Муз. руководитель  Рук-ль. по физ.культ. | |
| 3 | Арттерапия | Все группы | | Методику определяет специалист | | Воспитатели | |
| 4 | Фитотерапия  фиточай 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 | |