

Физкультурно-оздоровительные мероприятия

Обследование

Мероприятия	Периодичность	Особенности проведения	Ответственные
Врачебный осмотр	1 раз в месяц	индивидуально	Специалисты детской поликлиники, медсестра
Диагностика	2 раза в год	В соответствии с ООП ДО	Воспитатели, инструктор физкультуры

Двигательная деятельность

Утренняя гимнастика	Ежедневно	Игровая, традиционная, с использованием тренажеров, беговая	воспитатели
Непосредственная образовательная деятельность физическая культура	1 младшая- 2 раза в неделю в зале 2 младшая, средняя - 3 раза в неделю в зале; старшая, подготовительная – 2 раза в зале, 1 раз на улице.	в соответствии с ООП ДО, комплексно – тематическим планом	Инструктор физкультуры, воспитатели
Мио гимнастика	2 раза в неделю	Перед музыкальной НОД	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно	Перед изобразительной, конструктивной деятельностью.	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно	Перед НОД интеллектуальной направленности	Воспитатели
Физкультминутки	Ежедневно	Во всех время всех НОД, кроме физкультурного и музыкального	Воспитатели
Двигательная деятельность на прогулке	ежедневно	При температуре воздуха не ниже - 15С	воспитатели
Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Каждую четвертую среду месяца	Инструктор физкультуры, воспитатели
Физкультурные праздники	2 раза в год	По плану инструктора физкультуры	Инструктор физкультуры, воспитатели
Каникулы	1 раз в год	Рождественские	воспитатели

Лечебно профилактические мероприятия

Витаминизация	По сезонам	Летом - соки в 10.00 Зимой – витаминизация третьих блюд.	медсестра, воспитатели
Кварцевание помещений	В неблагоприятные периоды	Во время карантинов, эпидемий, инфекций в группе	медсестра, воспитатели
Профилактические прививки	По плану прививок	После предварительного осмотра врачом и согласования с родителями	Спец. Детской поликлиники, медсестра
Гимнастика по профилактике плоскостопия	ежедневно	на физкультурных и музыкальных НОД	Воспитатели, инструктор физкультуры, музыкальный руководитель
Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Во время гимнастики после сна, на физкультурных и музыкальных НОД	Воспитатели, инструктор физкультуры, музыкальный руководитель

Нетрадиционные методы оздоровления

Музыкотерапия	ежедневно	При приеме детей, в период засыпания, пробуждения	Все специалисты МБДОУ
Фитоцидотерапия (лук, чеснок)	В неблагоприятные периоды	Во время эпидемий гриппа, инфекционных заболеваний	медсестра, воспитатели