**Приложение 8 к** образовательной программе дошкольного образования

**Система оздоровительной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Мероприятия | Группы | Периодичность | Ответственные |
| **1.** | **Обеспечение здорового ритма жизни**  - щадящий режим / в адаптационный период/  - гибкий режим дня  - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей  - организация благоприятного микроклимата | Вторая группа раннего возраста  Все группы  Все группы | Ежедневно в адаптационный  период  ежедневно ежедневно | Воспитатели,  медсестра, педагоги  все педагоги, медсестра |
| **2.** | **Двигательная активность** | Все группы | Ежедневно | Воспитатели,  Инструктор ФК |
| 2.1. | Утренняя гимнастика | Все группы | Ежедневно | Воспитатели,  Инструктор ФК |
| 2.2. | Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию   * в групповой комнате; * на улице. | Все группы  Все группы | 2 р. в неделю  1 р. в неделю | Инструктор ФК  Воспитатели |
| 2.3. | Спортивные упражнения (санки, лыжи, и др.) | Во всех группах | 2 р. в неделю | Воспитатели |
| 2.4. | Элементы спортивных игр | старшая,  подготовительная | 2 р. в неделю | Воспитатели,  Инструктор ФК |
| 2.5 | Клубная работа | старшая,  подготовительная | 1 р. в неделю | Инструктор ФК |
| 2.6. | Активный отдых   * физкультурный досуг; * поход. | Все группы  Старшая Подготовительная | 1 р. в месяц  1 р. в год | Инструктор ФК  Воспитатели |
| 2.7. | Физкультурные праздники (зимой, летом)  «День здоровья»  «Весёлые старты» | все группы  подготовительная | 1 р. в год  1 р. в год | Инструктор ФК,  Воспитатели,  муз. Рук. |
| 2.8. | Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится) | Все группы | 1 р. в год | Все педагоги |
| **3.** | **Лечебно – профилактические мероприятия** | | | |
| 3.1. | Витаминотерапия | Все группы | Курсы 2 р. в год | медсестра |
| 3.2. | Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия) | Все группы | В неблагоприятный период (осень, весна) | медсестра |
| 3.3. | Физиотерапевтические процедуры (кварцевание) | Ежедневно | В течение года | медсестра |
| 3.4. | Полоскание горла | 2 младшая, Средняя, старшая, подготовительная группы | Осень, весна | медсестра |
| 3.5. | Фитонезидотерапия (лук, чеснок) | Все группы | В неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе) | Воспитатели  медсестра |
| **4.** | **Закаливание** | | | |
| 4.1. | Контрастные воздушные ванны | Все группы | После дневного сна | Воспитатели |
| 4.2. | Ходьба босиком | Все группы | Лето | Воспитатели |
| 4.3. | Облегчённая одежда детей | Все группы | В течение дня | Воспитатели,  п/ воспитателей |