

**Система оздоровительной работы
на 2023 – 2024 учебный год**

№	Мероприятия	группы	периодичность	ответственные
1	<p>Обеспечение здорового ритма жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> - щадящий режим/в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата 	<p>Группа раннего возраста; 1 младшая группа</p> <p>Все возрастные группы</p>	<p>Ежедневно в адаптационный период</p> <p>ежедневно</p>	<p>Воспитатели всех возрастных групп, медицинская сестра</p>
Двигательная активность				
2	<p>Непосредственно образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие»</p> <ul style="list-style-type: none"> - в помещении - на улице (прогулка повышенной активности) 	Все возрастные группы	<p>2 р. в неделю</p> <p>1 р. в неделю</p>	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.1	Динамические паузы (часы)	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.2	Утренняя гимнастика	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.3	Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.4	Подвижные и спортивные игры и упражнения	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре

2.5	Элементы спортивных игр	Старшая и подготовительные группы	2 р. в неделю	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.6	Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
2.7	Занятия в бассейне	2 младшая группа – подготовительная группа	1 р. в неделю	инструктор по физической культуре
2.8	Активный отдых			Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре
	- Физкультурный досуг	Все возрастные группы	1 р. в месяц	
	- физкультурный праздник	Средняя группа – подготовительная группа	2 р. в год	
	- День здоровья	Все возрастные группы	1 р. в квартал	
Лечебно – профилактические мероприятия				
3	Витамиотерапия	Все возрастные группы	2 р. в год (курс)	Медицинская сестра
3.1	Профилактика гриппа (проветривание каждого часа, проветривание после занятия)	Все возрастные группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	Медицинская сестра
3.2	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все возрастные группы	В неблагоприятный период (эпидемия гриппа, инфекции в группе)	Медицинская сестра, воспитатели всех возрастных групп
3.3	Скандинавская ходьба	Средняя группа	2 полугодие при благоприятных погодных условиях	Воспитатели возрастных групп, инструктор по физической культуре
		Старшая, подготовительная группа	при благоприятных погодных условиях	
Закаливание				
4	Контрастные воздушные ванны, Ходьба босиком по дорожкам «Здоровья»	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
4.1	Ходьба босиком	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
4.2	Облегчённая одежда детей	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп
4.3	Мытье рук, лица	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели всех возрастных групп