В нашем ДОУ одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста является грамотная организация здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным особенностям и индивидуальным возможностям детей, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению воспитанниками ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Для успешной реализации поставленных задач, педагогами ДОУ была разработана система физкультурно-оздоровительной работы:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | | Мероприятия | Группы | Периодичность | Ответственный |
| 1. Мониторинг | | | | | |
| 1. | | Определение уровня фи­зического развития.  Определение уровня физ. подготовленности детей | Все | 2 раза в год (в сентябре и мае) | Медсестра, инструктор по физическому воспитанию, культуре, воспитатели групп |
| 2. | | Диспансеризация | Средняя, старшая,  под­готовит | 1 раз в год | Специалисты Ширинской ЦРБ, мед­сестра |
| II. Двигательная деятельность | | | | | |
| 1. | | Утренняя гимнастика | Все  группы | Ежедневно | Воспитатели групп или инструктор по физическому воспитанию |
| 2. | | Физическая культура  - в зале  - на воздухе | Со 2-ой младшей группы | 3раза в неделю  2 раза  1 раз | Воспитатели групп  инструктор по физическому воспитанию |
| 3. | | Подвижные игры | Все группы | 2 раза в день | Воспитатели групп |
| 4. | | Гимнастика после дневного сна | Все группы | Ежедневно | Воспитатели групп |
| 5. | | Спортивные упражнения | Старшая, подготовительная готовит  группы | 2 раза в неделю | Воспитатели групп |
| 6. | | Спортивные игры | Старшая, под­готовительная | 2 раза в неделю | Воспитатели групп  инструктор по физическому воспитанию |
| 7. | | «Школа мяча» | Старшая, под­готовительная | 2 раза в неделю | Воспитатели групп |
| 8. | | «Школа скакалки» | Старшая, под­готовительная | 2 раза в неделю | Воспитатели групп |
| 9. | | Физкуль­турные досуги | Старшая, под­готовительная | 1 раз в месяц | Воспитатели, инструктор по физическому воспитанию, музыкальные руководители |
| 10. | | Физкультурные праздники | Старшая, под­готовит | 2 раза в год | Воспитатели, музыкальный руко­водитель, инструктор по физическому воспитанию. |
| 11. | | День здоровья | Старшая, под­готовит | 1 раз в месяц | медсестра, му­зыкальный руководитель, воспитатели, инструктор по физическому воспитанию. |
| III. Профилактические мероприятия | | | | | |
| 1. | | Витаминотерапия | Все группы | 2 раза в год | Медсестра |
| 2 | | Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с род.) | Все группы | В неблагоприят­ные периоды (осень-весна) воз­никновения ин­фекции) | Медсестра, воспитатели. |
| IV. Нетрадиционные формы оздоровления | | | | | |
| 1. | Музыкотерапия | | Все группы | Использование музыки на занятиях физ­культуре и перед сном | Музыкальный руководи­тель, вос­питатель группы |
| 2. | Фитонцидотерапия  (лук, чеснок) | | Все группы | Неблагоприятные периоды, эпиде­мии, инфекцион­ные заболевания | Медсестра, младшие воспитатели |
| V. Закаливание | | | | | |
| 1. | Контрастные воздушные ванны | | Все группы | После дневного сна, на физкуль­турных  занятиях | Воспитатели, инструктор по физическому воспитанию |
| 2. | Ходьба босиком | | Со средней группы | После сна, на за­нятии физкульту­рой в зале | Воспитатели, инструктор по физическому воспитанию |
| 3. | Облегченная одежда детей | | Все группы | В течение дня | Воспитатели, младшие воспитатели |
| 4. | Мытье рук, лица, шеи про­хладной водой | | Со средней группы | В течение дня | Воспитатели, младшие воспитатели |
| VI. Организация вторых завтраков | | | | | |
| 1. | Соки натуральные или фрукты | | Все группы | Ежедневно | Младшие воспитатели, воспитатели |

|  |
| --- |
|  |

Система закаливающих мероприятий

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Оздоровительные мероприятия | I младшая | II младшая | средняя | старшая | подготовительная |
| 1 | Утренний прием детей на воздухе | + | + | + | + | + |
| 2 | Контрастное воздушное закаливание | + | + | + | + | + |
| 3 | Дыхательная гимнастика | + | + | + | + | + |
| 4 | Босохождение |  |  | + | + | + |
| 5 | Ребристая доска | + | + | + | + | + |
| 6 | Дорожка с пуговицами | + | + | + | + | + |
| 7 | Умывание прохладной водой | - | - | + | + | + |
| 8 | Полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры | - | - | + | + | + |
| 9 | Прогулка 2 раза в день | + | + | + | + | + |
| 12 | Соблюдение воздушного режима | + | + | + | + | + |
| 13 | Проветривание помещений | + | + | + | + | + |
| 14 | Световой режим | + | + | + | + | + |