

Система физкультурно-оздоровительной работы в группе раннего возраста (с 1 года до 3 лет)

Мероприятия	Периодичность	Ответственные
1. Обследование		
Состояние здоровья детей	Один раз в три месяца и по индивидуальным показаниям	Медсестра
2. Обеспечение здорового ритма жизни		
Щадящий режим (адаптационный период)	Период адаптации	Воспитатели
3. Двигательная деятельность		
Утренняя гимнастика	1 раз в день	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели
Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели
Подвижные игры	Ежедневно	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели
Спортивные игры и упражнения на воздухе	2 раз в неделю	Воспитатели
4. Лечебно-профилактические мероприятия		
Витаминотерапия: -витамин С (в третье блюдо)	В течение года	Медсестра, повара
Противоэпидемические: - фитанциды (лук, чеснок)	В неблагоприятные периоды (весной, осенью в период эпидемий)	Медсестра, воспитатели
Кварцевание групп	В течение года	Младшие воспитатели
5. Закаливание воздушное		
Облегченная одежда детей	Ежедневно	Воспитатели
Режим проветривания и	Ежедневно	Воспитатели . младшие

оптимизации вентиляции во время дневного сна		воспитатели
Игровые дорожки	Ежедневно	Воспитатели
Солнечные ванны	В теплый период года	Воспитатели
6. Закаливание водное		
Мытье рук, лица прохладной водой	В течение года	Воспитатели, младший воспитатель
Полоскание полости рта кипяченой водой	В течение года	Воспитатели, младший воспитатель
Игры с водой	В теплый период года	Воспитатели, младший воспитатель
Местное закаливание	В течение года	Медсестра, воспитатели, младший воспитатель
7. Охрана психического здоровья		
Использование приемов релаксации: минутки тишины и музыкальные паузы	В течение года	Воспитатели
Музтерапия: - музсопровождение режимных моментов; - музоформление фона занятий	В течение года	Воспитатели, музыкальные руководители
8. Использование нетрадиционных форм оздоровления		
Элементы точечного массажа	В течение года	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	В течение года	Воспитатели
9. Активный отдых		
Физкультурные развлечения	В течение года	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели групп
Каникулы	3 раза в год	Специалисты, воспитатели групп
День здоровья	В течение года	Специалисты, воспитатели групп
10. Работа с родителями		
Консультации со специалистами	В течение года	Специалисты
Совместные занятия с детьми	В течение года	Воспитатели, специалисты
Родительские собрания	В течение года	Воспитатели
Анкетирование	В течение года	Воспитатели, специалисты

Информационный стенд	В течение года	Воспитатели, специалисты
----------------------	----------------	--------------------------