

**План физкультурно-оздоровительных мероприятий СП «Детский сад  
«Родничок» ГБОУ СОШ пос.Сокский  
на 2022-2023 учебный год**

№	Мероприятия	Группа	Периодичность	Ответственный
<b>1. МОНИТОРИНГ</b>				
1	Определение уровня физического развития.  Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (сентябрь, май)	воспитатели группы
2	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники
<b>2. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>				
1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели группы
2	Физическая культура: а) в зале; б) на воздухе	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели группы
3	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели группы
4	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели группы
5	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели группы
6	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели группы
7	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Воспитатели группы
8	День здоровья	Все группы, кроме ясельной	4 раза в год	Воспитатели группы
<b>3. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>				
1	Витаминотерапия	Все группы	4 раза в год	Воспитатели группы

2	Профилактика гриппа и простудных заболеваний(режим проветривания, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень - весна), периоды возникновения инфекции	Воспитатели группы
3	Физиотерапевтические процедуры: кварцевание	Ясельная группа	В течение года	воспитатели группы
<b>4. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ</b>				
1	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения в непосредственной образовательной деятельности	воспитатели группы
2	Фитотерапия: фиточай витаминный	По назначению врача	2 раза в неделю	воспитатели группы
3	Ароматерапия	По назначению врача		воспитатели группы
4	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Помощник воспитателя
5	Терапия водой	Все группы	В течение года	Воспитатели группы
6	Терапия песком	Все группы	В течение года	Воспитатели группы
<b>5. ЗАКАЛИВАНИЕ</b>				
1	Ходьба босиком по дорожке здоровья	Все группы	Ежедневно	Воспитатели группы
2	Обширное умывание	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно	Воспитатели группы, помощник воспитателя
3	Обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная группы	Июнь-август с учетом погодных условий	Воспитатели группы, помощник воспитателя
4	Облегченная одежда	Все группы	Ежедневно в течение года	Воспитатели группы, помощник воспитателя
5	Прогулка на свежем воздухе	Все группы	Ежедневно в течение года с учетом погодных	Воспитатели группы

			условий	
6	Утренняя гимнастика на воздухе	Средняя, старшая, подготовительная группы	Ежедневно (май-сентябрь) с учетом погодных условий	Воспитатели группы
7	Физкультурные занятия на воздухе	Все группы	Ежедневно в течение года с учетом погодных условий	Воспитатели группы
8	Контрастное босохождение (песок-трава-керамзит)	Вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная группы	Июнь-август с учетом погодных условий	Воспитатели группы
<b>6. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ</b>				
1	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно в 10.30	Воспитатели группы, Помощник воспитателя