

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31
Комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____/М.В. Иванова/

СОГЛАСОВАНО

Врач _____/_____

**Система физкультурно – оздоровительной работы
на 2021 – 2022 учебный год.**

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Исполнители
1. Мониторинг				
1.	Определение уровня физического развития	Все группы	2 раза в год (сентябрь, май)	Медсестра, воспитатели
2.	Диспансеризация	Все группы	1 раз в год	Медсестра, специалисты
2. Физическое воспитание и двигательная активность				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	Физкультурные занятия: – 1 – в физкультурном зале; – 1 – в группе, – 1 – на свежем воздухе (при соответствующих погодных условиях).	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Бодрящая гимнастика после сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные игры	Старший дошкольный возраст	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные праздники	Кроме групп раннего возраста	1 – 2 раза в год	Медсестра, инструктор по физкультуре, воспитатели

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31
Комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

7.	День здоровья	Все группы	2 раза в год	Медсестра, специалисты, воспитатели
8.	Каникулы: 1. зимняя «каникулярная» неделя; 2. летние каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
9.	Дополнительная двигательная активность: 1. динамические переменки; 2. самостоятельные игры.	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
3. Профилактические мероприятия				
1.	Вакцинация	Все группы	По плану	Медсестра
2.	Повышение неспецифической резистентности организма: – соблюдение санитарно- гигиенических норм; – режим дня (скорректированный, при карантине, при плохой погоде, примерный дома, в контексте ОПДО и АОПДО); – режим проветривания; – питьевой режим; – утренний фильтр; – кварцевание групповых помещений.	Все группы	Ежедневно, течение года	в Старшая медицинская сестра, воспитатели, специалисты, помощники воспитателей
3.	Формирование основ гигиенических знаний, представлений о здоровом образе жизни и основ безопасности	Все группы	В течение года	Медсестра, специалисты, воспитатели

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31
Комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

	жизнедеятельности.			
4.	Консультирование родителей по вопросам оздоровления и физическому развитию детей; – консультации специалистов, медицинских работников по результатам мониторинга, осмотров детей; – рекомендации.	Все группы	В течение года	Зам. зав по УВР, Медсестра, специалисты, воспитатели
4. Оздоровительные мероприятия				
1.	Воздушные ванны	Все группы	Ежедневно, после дневного сна, на физкультурных занятиях	Медсестра, воспитатели групп
3.	Световоздушные и солнечные ванны	Все группы	Весенне-летний период	Медсестра, воспитатели групп
4.	Босохождение, с использованием массажных ковриков	Группы № 4, 8	Ежедневно, после дневного сна, на физкультурных занятиях	Медсестра, воспитатели групп
5.	Сон без маек	Все группы	Весенне-летний период	Воспитатели, помощники воспитателей
6.	Облегченная одежда детей	Все группы	В теплое время года	Воспитатели, помощники воспитателей
7.	Умывание прохладной водой лица, рук, шеи (температура воды +18, +20 градусов);	Все группы;	В теплое время года;	Воспитатели, помощники воспитателей

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31
Комбинированного вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

8.	Обширное умывание;	Все группы;	Ежедневно;	Воспитатели, помощники воспитателей
5. Коррекционные мероприятия				
2.	Коррекция нарушений речи	старший дошкольный возраст	В течение года	Специалисты, воспитатели групп
3.	Коррекция физической и учебной нагрузки (с учетом групп здоровья)	Все группы	В течение года	Зам. зав по УВР, специалисты, воспитатели групп, врач, Медсестра
6. Рациональная организация питания				
1.	Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами	Все группы	Ежедневно	Врач, медсестра
2.	Организация второго завтрака	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, помощники воспитателей
3.	Соблюдение индивидуальной диеты по медицинским показаниям, стол аллергика	Все группы	Ежедневно	Врач, медсестра
4.	Питьевой режим	Все группы	В теплое время года	Воспитатели, помощники воспитателей;
5.	Работа совета по питанию		В течение года	Члены совета по питанию