**Приложение №8**

***Система физкультурно – оздоровительной работы***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды оздоровительных**  **мероприятий** | **Система работы**  **в группе** | **Время проведения** | **Ответственные** |
| 1 | Физкультурно-оздоровительная работа | * утренняя гимнастика * физкультурные занятия * физкультурные занятия   на улице (летом)   * подвижные игры и физические упражнения * спортивные игры * индивидуальная работа по развитию движений * физкультминутки * коррекционная гимнастика:   - для глаз,  - дыхательная  - пальчиковая   * Активный отдых   - физкультурный досуг  - спортивные праздники  - Дни здоровья   * оздоровительный бег * каникулы   самостоятельная игровая деятельность | ежедневно  По расписанию  По расписанию  ежедневно  на прогулках,  на физкультурных занятиях, в режимных моментах  на прогулках,  на физкультурных занятиях согласно  планированию  на прогулках, в режимных моментах,  на физкультурных занятиях согласно  планированию    на занятиях  на занятиях  на прогулках,  в режимных моментах,  на физкультурных занятиях  на занятиях,  в режимных моментах    согласно планированию:  1 раз в месяц,  2 раза в год,  1 раз квартал  на прогулках  3-4 неделя декабря  ежедневно | воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель  воспитатель  воспитатель |
| 2 | Закаливание | * прогулки * умывание прохладной водой * игры с водой * пребывание в облегчённой одежде в помещении, в одежде соответственно сезону года на улице * хождение босиком * сон с доступом воздуха * проветривание, кварцевание * воздушные ванны   привитие культурно-гигиенических навыков | ежедневно  согласно режиму  согласно  планированию  ежедневно  до и после сна,  на физкультурных занятиях  во время сна  соответственно режиму  ежедневно до и после сна,  на физкультурных занятиях  постоянно | воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель,  мл. воспитатель  воспитатель, инструктор по ФК  воспитатель |
| 3 | Лечебно-профилактическая работа | * определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуаль-ных особенностей * витаминизация 3-его блюда (витамин С) * использование приёмов релаксации, минуты тишины * сказкотерапия * музыкотерапия * смехотерапия   (игрушки-забавы)  использование фитонцидов (лук, чеснок) | сентябрь  в обед  ежедневно в режимных моментах, на занятиях    перед сном  перед обедом и  во время обеда,  на занятиях  на занятиях,  в теч. дня  во время обеда | воспитатель,  ст.медсестра,  психолог  повар, ст.медсестра,  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель  воспитатель |