План закаливающих мероприятий по

МБДОУ № 3.

1. Прием детей на улице / одежда по сезону /
2. Оздоровительный бег /дистанция по возрасту/
3. Закаливание водой / полоскание зева, мытье рук холодной водой до предплечья, контрастное обливание ног, плавание в бассейне, контрастный душ./
4. Физкультурные занятия
5. Спортивные игры, досуги, сезонные праздники
6. Сон при открытых фрамугах
7. Сквозное проветривание групп
8. Закаливание воздухом
9. Бодрящая гимнастика после сна
10. Спортивные занятия во второй половине дня
11. Дозированная ходьба
12. Проведение ЛФК, ритмики
13. Корригирующая гимнастика для детей с нарушением осанки и плоскостопию.

**Медицинский контроль.**

май-октябрь май-октябрь

в течение года ежедневно

в течение года

в течение года по графику ежедневно ежедневно ежедневно

по плану ин.ф.

по плану ин.ф.

2 раза в неделю

1.

2.

3.

4.

5.

Провести осмотр детей на допуск к плаванию, дозированной ходьбе, на гнойничковые заболевания

Вести контроль за качеством воды в бассейне

Проводить групповое УФО, осмотр детей на сколиоз, оздоровительный массаж и гимнастику

Ежемесячно проводить анализ заболеваемости

Определить маршрут для дозированной ходьбы, дистанцию для бега.

**Педагогическая работа.**

1. Составить комплексы утренней гимнастики с элементами ритмики

2. Вести групповые ритмические занятия

3. Провести консультации для воспитателей по специализации /

баскетбол, танцевальные элементы.../

4. Продолжить работу клуба "Здоровье" для воспитателей

сентябрь еженедельно

ежемесячно ежемесячно

июнь- июль

в течение года июнь-январь в течение года

**Работа с родителями.**

1. Провести групповые и общее родительское собрание

по физкультурно-оздоровительной работе с детьми в МБДОУ и в семье

1. Выпустить папки-ширмы, сан. бюллетени
2. Привлекать родителей к активному участию в подготовке и

проведении спортивных праздников

1. Провести водный спортивный праздник

август-декабрь сентябрь

постоянно апрель