

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Разделы и направления работы	Формы работы	Срок, дозировка, возрастная группа	Ответственный
1.	Использование вариативных режимов	<ul style="list-style-type: none"> Режим дня на ЛОК (разновозрастная группа на хорошую погоду) Режим дня (гибкий) на ЛОК (разновозрастная группа на дождливую погоду) Адаптационный Режим двигательной активности Щадящий режим дня 	<p>Ежедневно</p> <p>Во время дождя</p> <p>Первые 2 недели, по показаниям</p> <p>Ежедневно</p> <p>После болезни</p>	Врач
2.	Психологическое сопровождение развития	<ul style="list-style-type: none"> Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми Медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период (наблюдение врача, адаптационные, коммуникативные игры) 	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Адаптационный период</p>	<p>Воспитатели</p> <p>+ врач</p>
3.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка	*Мероприятия проводятся на воздухе за исключением дождливой погоды		
	1. Частично регламентированная деятельность (совместная деятельность)	<ul style="list-style-type: none"> Утренняя гимнастика на воздухе Физкультминутки (для смены двигательной активности, например, между играми с песком) Профилактическая гимнастика после сна Дыхательная гимнастика Гимнастика для глаз Спортивные упражнения на воздухе Спортивные праздники Подвижные игры на воздухе Музыкально - физкультурные досуги Дни здоровья Походы по экологической тропе 	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>1-2 раза в сезон</p> <p>Ежедневно в конце прогулки</p> <p>1 раз в неделю</p> <p>1 раз в месяц</p> <p>1 раз в неделю</p>	<p>Воспитатели, ифк, муз.рук. Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели +ифк.</p> <p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели ифк, муз.рук, воспитатели</p> <p>Воспитатели</p>
	2. Нерегламентированная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке. 	Ежедневно	Воспитатели
4.	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> Словесно-дидактические, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и потребности в физической активности 	<p>До 2 раз в неделю</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p>	<p>Воспитатели + ифк. + муз рук</p>
5	Общеукрепляющие мероприятия	<p>1. Естественные физические факторы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Режим теплового комфорта при выборе одежды 	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно по графику</p>	Воспитатели, ст.м/с

		<ul style="list-style-type: none"> • Режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня <p>2. Воздушное закаливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Воздушные ванны при длительном пребывании на воздухе • Сон без маек (дневной) <p>3. Водное закаливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обширное умывание • Игры с водой <p>4. Процедурное закаливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Босохождение по «тропе здоровья» 	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p>	<p>Воспитатели</p> <p>Воспитатели + пом.в-ля</p> <p>Воспитатели</p>
6.	3. Гигиенические мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Мытье ног 	Ежедневно	воспитатели + пом. воспитателя
7.	Организация питьевого режима	<ul style="list-style-type: none"> • Питьевая вода 	Ежедневно на утренней и вечерней прогулке	Ст.м/с Пом.восп-я

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Наименование мероприятий	Кратность Ранний возраст	Кратность Дошкольный возраст
Физкультурно-оздоровительные мероприятия		
Утренняя гимнастика	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1 раз в день
Блок совместной деятельности по физическому развитию	3 раза в неделю в соответствии с расписанием	3 раза в неделю в соответствии с расписанием
Гимнастика после сна	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1 раз в день
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно
Самостоятельная двигательная деятельность детей на улице, в группе	Ежедневно согласно режиму дня	Ежедневно согласно режиму дня
Подвижные, адаптационные, хороводные игры	Ежедневно согласно режиму дня	Ежедневно согласно режиму дня
Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Ежедневно
Гимнастика для глаз	Ежедневно	Ежедневно
Гимнастика по профилактике плоскостопия, нарушения осанки	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1 раз в день
Физкультурные досуги	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Физкультурные праздники	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Питьевой режим	Ежедневно в соответствии с требованиями действующих	Ежедневно в соответствии с требованиями действующих

	санитарных правил и норм СанПиН	санитарных правил и норм СанПиН
Игры с водой (при температуре t от +22° и выше)	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1-2 раза в день
Закаливающие процедуры		
Воздушные ванны	Ежедневно согласно режиму дня	Ежедневно согласно режиму дня
Солнечные ванны	Ежедневно согласно режиму дня	Ежедневно согласно режиму дня
Мытье ног	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1 раз в день
Мытье рук до локтя	Ежедневно, 1 раз в день	Ежедневно, 1 раз в день
Дневной сон без маек при односторонней аэрации	Ежедневно в соответствии с температурным режимом, 1 раз в день	Ежедневно в соответствии с температурным режимом, 1 раз в день

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651630489533221723568905051781519580762169777230

Владелец Васюкович Светлана Александровна

Действителен с 12.07.2024 по 12.07.2025