

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4
общеразвивающего вида Калининского района Санкт-Петербурга**

Согласовано: _____
Врач _____ Г. Лухарева Я.А.

**СИСТЕМА ФИЗИКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
НА ЛЕТО 2025 ГОДА**

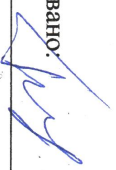
№ п/п	Разделы и направления работы	Формы работы	Срок, длительность, возрастная группа	Ответственный
1.	Использование вариативных режимов	• Режим дня на ЛОК (разновозрастная группа на хорошую погоду) • Режим дня на ЛОК (разновозрастная группа на дождливую погоду) • Адаптационный • Режим двигательной активности (2-3 года), (3-4 года), (5-7 лет)	Ежедневно По погодным условиям Первые 2 недели ежедневно	Врач
2.	Психологическое сопровождение развития	• Создание психологически комфортного климата в ДОУ • Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности • Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми • Медико-психологическая поддержка ребенка в адаптационный период (наблюдение врача, адаптационные, коммуникативные игры)	Ежедневно Ежедневно Ежедневно Адаптационный период	Воспитатели
3.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка	Мероприятия проводятся на воздухе за исключением дождливой погоды		
Частично регламентированная деятельность	• Утренняя гимнастика на воздухе, прием детей на свежем воздухе • Различные виды игр: подвижные, хороводные, спортивные (эстафеты, элементы видов спорта, соревнования) • Физкультминутки (для смены двигательной активности, например между играми с песком) • Профилактическая гимнастика (профилактика плоскостопия, нарушения осанки, дыхательная гимнастика) • Развитие движений, двигательная активность на воздухе	Ежедневно	Ежедневно	Воспитатели, ИФК, муз.руков. Воспитатели, ИФК, муз.руков. Воспитатели
		Ежедневно	Ежедневно	Воспитатели, ИФК
		Ежедневно	Ежедневно	Воспитатели



Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 4
Васюкович С.А.

		- Спортивные праздники - Подвижные игры на воздухе	2 раза в месяц Ежедневно	Воспитатели, ИФК Воспитатели, ИФК
	Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	Ежедневно	Воспитатели
4.	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	- 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 любви к физической активности	До 2 раз в неделю Ежедневно Ежедневно	Воспитатели + ИФК + муз.рук. Ежедневно
	Профилактические мероприятия	Витаминотерапия (фрукты, овощи) по меню ГБУОУ	Ежедневно	Медсестра
	Общеукрепляющие мероприятия	- Естественные физические факторы: - Режим теплового комфорта при выборе одежды - Режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня - Воздушное закаливание: - Воздушные ванны во время прогулки, в момент переодевания, до и после сна - Сон без маек (дневной) - Водное закаливание: - Обильное умывание - Ежедневное мытье ног после дневной прогулки, обливание стоп водой комнатной температуры - Игры с водой - Процедурное закаливание: - Солнечные ванны во время прогулки при t от +20 (с 5-10 мин до 45-50 мин. В течение дня) при наличии головного убора «Тропа здоровья» чередование поверхностей мягкая, ребристая (после сна)	Ежедневно Ежедневно по графику По погодным условиям Ежедневно Ежедневно По погодным условиям Ежедневно (кроме периода адаптации) Ежедневно Ежедневно	Воспитатели Медсестра Воспитатели, пом.воспитателя Воспитатели Воспитатели, пом.воспитателя Воспитатели Воспитатели Воспитатели
5.	Гигиенические мероприятия	Мытье рук, лица и ног	Ежедневно	Воспитатели пом.воспитателя
6.	Организация питания	- Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами - Составление индивидуальных рекомендаций по питанию (справка аллерголога)	Ежедневно Ежедневно	Медсестра Медсестра
7.	Организация питьевого режима	Вода, прошедшая термическую обработку	В течение дня	Воспитатели пом.воспитателя, медсестра

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4
общеразвивающего вида Калининского района Санкт-Петербурга

Согласовано:
Врач  Глухарева Я.А.

Утверждено:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 4
Васюкович С.А.

Режим двигательной активности на летний оздоровительный период

Формы работы	Виды	Количество и длительность		
		с детьми 1 младшей группы (с 2 до 3 лет)	с детьми младше-среднего возраста	с детьми старшего-подготовительного возраста
Физкультурные занятия	На улице	Ежедневно 3 мин	Ежедневно 5-6 мин	Ежедневно 10 мин
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30 мин
	Подвижные игры на улице	1 раз в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 30-40 мин
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц До 30 мин	1 раз в месяц До 60 мин	1 раз в месяц До 60 мин
	День здоровья	Раз в квартал	Раз в квартал	Раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно