

УТВЕРЖДЕНО

Заведующим ГБДОУ детского сада № 12
комбинированного вида
Кировского района Санкт-Петербурга
Приказ от 30.08.2022 № 78

**Система физкультурно-оздоровительной работы
в ГБДОУ детский сад № 12 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга
2023-2024 учебный год**

I. Формы оздоровительных мероприятий

Формы работы	Условия организации			
	Место	Время	Продолжительность по группам (мин, ч)	Ответственный
<i>Утренняя гимнастика</i>	группа	Ежедневно перед завтраком	Для всех возрастных групп – 10 мин	Воспитатели, инструктор по физ.культуре
<i>Физическое развитие. Физическая культура</i>	Группа или физк.зал	2 раза в неделю	1-ая младшая группа-10 мин; 2-ая младшая группа-15 мин; средняя группа - 20 мин; старшая группа - 25 мин; подготовительная группа - 30 мин	Воспитатели, инструктор по физ.культуре
<i>Спортивный досуг</i>	Группа, физ.зал	1 раз в месяц	2-ая младшая группа-15 мин; средняя группа - 20 мин; старшая группа - 25 мин; подготовительная группа - 30 мин	Инструктор по физ.культуре
<i>Прогулка</i>	участок	2 раза в день	Для всех возрастных групп – 3 ч	Воспитатели
<i>Подвижные игры: сюжетные; соревновательные, народные, с элементами спорта.</i>	На воздухе	Ежедневно	1-ая младшая группа - 10 мин; 2-ая младшая группа - 15 мин; средняя группа - 25 мин; старшая группа - 30 мин; подготовительная группа - 30 мин	Воспитатели, инструктор по физ.культуре
<i>Физкультминутки: Упражнения на развития внимания, на развития мелкой моторики,</i>	группа	Ежедневно во время	1-ая младшая группа - 2 мин Для всех остальных групп – 3-5мин	Воспитатели, инструктор по физ.культуре

упражнения на координацию движения, упражнения на равновесия, упражнения на формирования правильной осанки, упражнения на формирования свода стопы.		проведения занятий		
<i>Бодрящая гимнастика</i>	Спальня или группа	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп – 5 мин	Воспитатели
<i>Закаливающие мероприятия:</i> умывания прохладной водой; босохождение; солнечные и воздушные ванны	Спальня или группа	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп - 7 мин	Воспитатели групп
<i>Индивидуальная работа в режиме дня</i>	С учетом специфики инд. работы	Ежедневно по плану воспитателей	Для всех возрастных групп - 10-20 минут	Воспитатели групп, инструктор по физ.культуре
<i>Спортивный праздник</i>	Физк.зал, На воздухе	2 раза в год	старшая группа - 30 мин; подготовительная группа - 30 мин	инструктор по физ.культ, воспитатели

II. Профилактические мероприятия

№	Форма	Место проведения	Время проведения	Ответственные
1	<i>Витаминизация 3-х блюд</i>	Все группы	В течение года	Медсестра
2	<i>Проветривание в отсутствие детей</i>	Все группы	В течение года	Воспитатели, помощники воспитателей
3	<i>Обеззараживание воздуха помещений</i>	Все помещения	В течение года	Воспитатели, специалисты, помощники воспитателей
4	<i>Уборка помещений</i>	Все помещения	В течение года	Помощники воспитателей, уборщик служебных помещений
5	<i>Санитарно-эпидемиологический режим</i>	Все группы	В течение года	Помощники воспитателей, завхоз

6	<i>Упражнения по формированию осанки, профилактике плоскостопия, дыхательная гимнастика</i>	Все группы	ежедневно	Воспитатели, инструктор по физкультуре
7	<i>Работа с родителями по формированию ЗОЖ</i>	Все группы	В течение года	Воспитатели, инструктор по физ.культ.

III. Закаливание

№	Форма	Место проведения	Время проведения	Ответственные
1.	<i>Контрастные воздушные ванны</i>	Все группы	После дневного сна	Воспитатели групп
2	<i>Ходьба босиком</i>	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Инструктор по физ.культуре, воспитатели групп.
3	<i>Облегчённая одежда</i>	Все группы	В течение дня	Инструктор по физ.культуре, воспитатели групп.
4	<i>Мытьё рук, лица, шеи, прохладной водой.</i>	Все группы	В течение дня	Воспитатели групп.

IV. Формы оздоровительных мероприятий в тёплый период

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	Место	Время	Продолжительность по группам (мин)	
<i>Утренняя гимнастика</i>	На участках, по возрасту или в группе	Ежедневно перед завтраком	1-ая младшая группа-5 мин; 2-ая младшая группа-5 мин; средняя группа - 7 мин; старшая группа - 10 мин; подготовительная группа - 12 мин	Воспитатели групп, инструктор по физ.культуре
<i>Физическое развитие. Физическая культура</i>	На участках, или в группе	2 раза в неделю	1-ая младшая группа-10 мин; 2-ая младшая группа-15 мин; средняя группа - 20 мин; старшая группа - 25 мин; подготовительная группа - 30 мин	Воспитатели групп, инструктор по физ.культуре
<i>Физкультурные досуги</i>	Группа, физ.зал, участок	1 раз в месяц	2-ая младшая группа-15 мин; средняя группа - 20 мин; старшая группа - 25 мин; подготовительная группа - 30 мин	Инструктор по физ.культуре
<i>Прогулка</i>	участок	2 раза в день	Для всех возрастных групп – 4-5 ч	Воспитатели

<i>Подвижные игры:</i> сюжетные; соревновательные, народные, с элементами спорта.	На воздухе	Ежедневно	1-ая младшая группа-10 мин; 2-ая младшая группа-15 мин; средняя группа - 20 мин; старшая группа - 25 мин; подготовительная группа - 30 м	Воспитатели групп, инструктор по физ.культуре
<i>Бодрящая гимнастика</i>	Спальня или группа	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп – 5 мин	Воспитатели
<i>Закаливающие мероприятия:</i> умывания прохладной водой; босохождение; солнечные и воздушные ванны	Спальня или группа с доступом свежего воздуха	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп -7-10 мин	Воспитатели групп
<i>Индивидуальная работа в режиме дня</i>	С учетом специфики инд.работы	Ежедневно по плану воспитателей	Для всех возрастных групп - 10-20 минут	Воспитатели групп, инструктор по физ.культуре
<i>Спортивный праздник</i>	На воздухе	1 раз	старшая группа - 30 мин; подготовительная группа - 30 мин	Воспитатели групп, инструктор по физ.культ, муз.руководитель