

«УТВЕРЖДАЮ»
 Заведующий МАДОУ
 «Детский сад
 комбинированного вида №35 «Соловушка»

 И.А. Мусина

РАБОТА С ДЕТЬМИ ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Содержание	Возрастная группа	Время проведения	Ответственный
Оптимизация режима			
Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года (прогулка - 4-5ч., сон – 3ч.), все виды деятельности организуются на свежем воздухе	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, старший воспитатель
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима под контролем медицинского работника, педагога – психолога, воспитателя	Ранняя, младшая группы	Ежедневно	Воспитатели, психолог, медсестра, ст. воспитатель
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, психолог, медсестра
Организация двигательного режима			
Утренняя зарядка на воздухе	Все группы	Ежедневно	Инструктор по Ф/К
Гимнастика пробуждения, которая включает в себя: -ОРУ лежа и сидя на кровати; -закаливающие процедуры(ходьба босиком по дорожкам с различными покрытиями и наполнителями; -питье воды комнатной температуры.	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
Физкультурные занятия на улице	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по Ф/К
Оздоровительный бег	Средняя – старшая группы	Еженедельно	Инструктор по Ф/К
Организация усиленной двигательной активности на прогулке	Средняя –старшая группы	Ежедневно	Воспитатели

Игры с мячом, развитие умений действовать с предметами	Все группы	Ежедневно	Инструктор по Ф/К, воспитатели
Метание мяча в цель	Средняя – старшая группы	Еженедельно	Инструктор по Ф/К, воспитатели
Прыжки через скакалку разными способами	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Инструктор по Ф/К, воспитатели
Прыжки в длину с места	Младшая – старшая группы	Ежедневно	Инструктор по Ф/К
Подвижные игры на прогулке	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
Совместная и самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Ежедневно в течение дня	Воспитатели
Эколого – оздоровительные походы, целевые прогулки	Старшая – подготовительная	По плану	Инструктор по Ф/К, воспитатели, мл.воспитатели, родители
Спортивные досуги	Все группы	По плану	Инструктор по Ф/К, воспитатели
Закаливание			
Воздушные ванны (в облегченной одежде)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
Хожение босиком по траве	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Воспитатели, медсестра
Хожение босиком по дорожке здоровья	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Воспитатели, медсестра оздоровления
Обширное умывание	Средняя – старшая группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Обливание ног	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Воспитатели, медсестра оздоровления
Игры с водой	Все группы	Во время прогулки	Воспитатели
Оздоровительная работа			
Полоскание горла соевым раствором	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Воспитатели
Полоскание полости рта прохладной кипяченой водой	Все группы	Ежедневно после каждого приема пищи	Воспитатели
Коррекционная работа			
Корректирующая гимнастика	Младшая – старшая группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Коррекция зрения	Средняя – старшая группы	1-2 раза в неделю	Воспитатели
Коррекция осанки	Младшая – старшая	1-2 раза в	Инструктор по

	группы индивидуально	неделю	Ф/К, воспитатели
Коррекция плоскостопия	Младшая старшая группы	1-2 раза в неделю	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	Все группы	2-3 раза в неделю	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	Средняя – старшая группы	Ежедневно	Воспитатели
Релаксация	Средняя – старшая группы	2-3 раза в неделю	Воспитатели