

Система физкультурно-оздоровительной работы в МДОУ детском саду комбинированного вида №9

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	Место	Время	Продолжительность по группам (мин)	
Утренняя гимнастика	Группа	Ежедневно перед завтраком	1 младшая – 5 мин; 2 младшая – 5 мин; средняя – 7 мин; старшая – 10 мин; подготовительная – 12 мин.	Воспитатели, инструкторы по физвоспитанию
Физическое развитие. Физическая культура	Группа, физкультурный зал, спортивная площадка	2 (1 младшая) 3 раза в неделю	1 младшая – 10 мин; 2 младшая – 15 мин;	Воспитатели, инструкторы по физвоспитанию
Спортивный досуг	Физкультурный зал, спортивная площадка, территория МДОУ	1 раз в месяц	2 младшая, средняя – 15-20 минут; старшая и подготовительная группы 25-30 минут	Инструкторы по физвоспитанию
Прогулка	Участок	2 раза в день	Для всех возрастных групп 3-4 часа	Воспитатели
Подвижные игры: сюжетные, соревновательные, народные, с элементами спорта	На воздухе	Ежедневно	Для всех возрастных групп по заинтересованности детей: 1 младшая – 10 мин; 2 младшая – 15 мин; средняя 20 мин, старшая – 25 мин; подготовительная – 30 мин.	Воспитатели, инструкторы по физвоспитанию
Физкультминутки: упражнения на развитие внимания, мелкой моторики, координации движений, упражнения на равновесия, на формирование правильной осанки и др.	Группа	Ежедневно во время проведения ООД	1 младшая – 2 мин Все остальные возрастные группы – 3-5 мин.	Воспитатели, инструкторы по физвоспитанию
Бодрящая гимнастика	Спальная или групповая комната	Ежедневно после сна	Для всех возрастных групп – 5 мин.	Воспитатели

Закаливающие мероприятия: умывания прохладной водой, босохождение, солнечные и воздушные ванны	Спальная или групповая комната	Ежедневно после сна	Для всех возрастных групп – 7 мин.	Воспитатели
Спортивные праздники	Физкультурный и музыкальный зал, на спортивной площадке	2 раза в год	Старшая и подготовительная группы - 45 мин.	Воспитатели, физинструкторы, музыкальные руководители

Профилактические мероприятия

№	Форма	Место проведения	Время проведения	Ответственные
1	Витаминация 3-х блюд	Все группы	В течение года	Повар
2	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В течение года	Медицинская сестра
3	Фитотерапия (полоскание полости рта отварами трав)	Все группы	В течение года	Медицинская сестра
4	Проветривание	Все группы	В течение года	Воспитатели, помощники воспитателей
	Кварцевание	Все группы	В течение года	Воспитатели, помощники воспитателей
	Инсаляция постелей	Все группы	В течение года	Помощники воспитателей
	Уборка помещений	Все помещения	В течение года	Помощники воспитателей, уборщик служебных помещений
	Санитарно-эпидемиологический режим	Все группы	В течение года	Помощники воспитателей, зам.по АХЧ
	Упражнения по формированию осанки, профилактике плоскостопия, дыхательная, артикуляционная и др. виды гимнастик	Все группы	В течение года	Воспитатели, инструктор по физическому воспитанию
	Работа с родителями и воспитанниками по формированию ЗОЖ	Все группы	В течение года	Воспитатели, физ.инструкторы