

## Система физкультурно-оздоровительной работы

Муниципального дошкольного образовательного учреждения детский сада  
общеразвивающего вида № 17 «Дюймовочка» г.Волжска Республики Марий Эл

| п/п                                 | Содержание  | Группа   | Периодичность выполнения   | Ответственные                                | Время  |
|-------------------------------------|---|--|--|--|--|
| <b>1. Мониторинг</b>                |   |  |  |  |  |
| 1.1.                                | Медицинское обследование:<br>-диспансеризация<br>-лабораторные обследования<br>- антропометрические измерения<br><br>-распределение по группам здоровья |  | 2 раза в год<br>1 раз в год<br>1 раз в квартал -<br>ясли<br>2 раза в год - сад<br>2 раза в год | медицинские<br>работники                     | осень, зима<br>по плану<br>сентябрь, декабрь,<br>март, июнь<br>сентябрь, март<br>октябрь, апрель |
| 1.2.                                | Экспресс-анализ и оценка физической<br>подготовленности   | дошкольные<br>группы                                     | 2 раза в год   | инструктор по<br>физкультуре                 | сентябрь<br>май  |
| <b>2. Двигательная деятельность</b> |   |  |  |  |  |
| 2.1.                                | Организованная образовательная деятельность<br>(ОО «физическая культура»)   | (старший дошк.<br>возраст)<br>(младший<br>дошк. возраст) | 2 раза в неделю<br>3 раза в неделю   | инструктор по<br>физкультуре                 | в течение года   |
| 2.2.                                | Организованная образовательная деятельность<br>(ОО «физическая культура») на воздухе  | старший<br>дошкольный<br>возраст                         | 1 раз в неделю   | воспитатели                                  | в течение года   |
| 2.3.                                | Утренняя гимнастика   | все группы   | ежедневно  | инструктор по<br>физкультуре,<br>воспитатели | в течение года   |
| 2.4.                                | Подвижные игры  | все группы   | 4 раза в день  | воспитатели                                  | в течение года   |
| 2.5.                                | Спортивные игры   | старший<br>дошкольный<br>возраст                         | 2 раза в неделю  | воспитатели                                  | в течение года   |
| 2.6.                                | Спортивные упражнения   | дошкольные<br>группы                                     | 2 раза в неделю  | воспитатели                                  | в течение года   |

|  |  |  |                                    |  |                |
|--|--|--|------------------------------------|--|----------------|
| 2.7.   | Физкультминутки<br>Динамические паузы<br>Гимнастика после сна  | дошкольные<br>группы                   | ежедневно                          | воспитатели  | в течение года |
| 2.8.   | Спортивные досуги, праздники   | дошкольные<br>группы                   | по плану                           | инструктор по<br>физкультуре<br>воспитатели                  | в течение года |
| <b>3. Профилактические мероприятия</b>           |  |  |                                    |  |                |
| 3.1.   | Профилактика гриппа и простудных заболеваний:<br>- режим проветривания<br>- утренний фильтр<br>- работа с родителями | все группы                             | ежедневно<br>ежедневно<br>по плану | медицинские<br>работники,<br>воспитатели,<br>мл. воспитатели | в течение года |
| 3.2.   | Кварцевание  | I младшие<br>группы                    | ежедневно                          | младшие<br>воспитатели                                       | в течение года |
| <b>4. Закаливание</b>                            |  |  |                                    |  |                |
| 4.1.   | Воздушно-солнечные ванны   | все группы                             | ежедневно                          | воспитатели  | в течение года |
| 4.2.   | Ходьба босиком (после дневного сна с использованием нетрадиционного оборудования)                                    | все группы                             | ежедневно                          | медсестра<br>воспитатели                                     | в течение года |
| 4.3.   | Ходьба по массажным дорожкам   | все группы                             | ежедневно                          | медсестра<br>воспитатели                                     | в течение года |
| 4.4.   | Умывание прохладной водой  | средняя<br>старшая<br>подготовительная | ежедневно                          | медсестра<br>воспитатели                                     | в течение года |
| <b>5. Дополнительная и индивидуальная работа</b> |  |  |                                    |  |                |
| 5.1.   | Гимнастика для глаз  | дошкольные<br>группы                   | ежедневно                          | воспитатели  | в течение года |
| 5.2.   | Дыхательная гимнастика   | дошкольные<br>группы                   | ежедневно                          | воспитатели  | в течение года |
| 5.3.   | Пальчиковая гимнастика   | дошкольные<br>группы                   | ежедневно                          | воспитатели  | в течение года |
| 5.4.   | Индивидуальная работа по физическому воспитанию  | дошкольные<br>группы                   | 1 раз в неделю                     | инструктор по<br>физкультуре<br>воспитатели                  | в течение года |