

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
протокол от 21.08.18 № 2

СОГЛАСОВАНО

Врач Иванова В.А.

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада пристомотра и оздоровления № 48 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга на 2018-2019 учебный год

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом заведующего

Бюро детского сада пристомотра и

оздоровления № 48 Адмиралтейского

района Санкт-Петербурга

от 21.08.18 № 2

№№	Организационная форма	Возрастная группа	Ответственный	Сроки исполнения	Примечание
1	Утренняя гимнастика	все	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно	Адаптивная гимнастика выполняется до завтрака по программе «К здоровой семье через детский сад», кроме 1-ой младшей – они выполняются в группе
2	Дыхательная гимнастика	Все	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно в течение дня	
3	Гимнастический мини-комплекс для нормализации работы пищеварительной системы (КПС)	Все	Воспитатели	Ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется в постели после дневного сна; в 1-ой младшей группе со второго полугодия
4	Гимнастика Воробьева	1 младшая; 2 младшая; средняя	Воспитатели	Ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется после дневного сна; в 1-ой младшей группе со второго полугодия
5	Глазная гимнастика	Средняя, подготовительная	Воспитатели	2 раза в день	По программе «К здоровой семье через детский сад»

6	Психофизический комплекс для оптимизации работы системы пищеварения	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели	Ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется во время сна
7	Адаптационная гимнастика	2 младшая, средняя; подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется после дневного сна; в 1 младшей группе со второго полугодия
8	Физкультурное занятие	Все	Инструктор по ФК	По сетке занятий	В физкультурном зале
9	Физкультминутки	Все	Воспитатели	Ежедневно	
10	Релаксационные упражнения	Все	Воспитатели Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно	
11	Самомассаж ушных раковин	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно	
12	Самомассаж кистей и пальцев рук	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно	
13	Тренажерный путь	Все	Воспитатели	Ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется после дневного сна.
14	Динамические паузы	Подготовительная	Воспитатели	Ежедневно	
15	Пальчиковая гимнастика	Все	Воспитатели и Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	ежедневно	Во время совместной занимательной деятельности. Для самостоятельной деятельности детей имеется пальчиковый театр.
16	Свободная самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке	Все	Воспитатели Инструктор по ФК	Ежедневно	В каждой группе организованы центры двигательной активности. Прогулочная площадка оснащена спортивно-игровым оборудованием
17	Индивидуальная работа с детьми по развитию основных	Все	Воспитатели, Инструктор по ФК	Ежедневно	В режиме дня в группе и во время прогулки

	видов движений		Музыкальный руководитель			
18	Физкультурный праздник	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК	1 раз в месяц	2 раза в год Февраль, апрель	
19	День здоровья	Все	Воспитатели, Инструктор по ФК, Музыкальный руководитель	1 раз в месяц		
20	Неделя здоровья	все	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	2 раза в год	Ноябрь, март	
21	Подвижные игры	Все	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	Ежедневно		
22	Игры с элементами спорта	Средняя, подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК	2 раза в неделю	Во время прогулки, в физкультурном зале	
23	Игры-соревнования	Средняя, подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК, Музыкальный руководитель	1 раз в неделю	Во время прогулки, в физкультурном и музыкальном зале	
24	Пешие прогулки	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК	1 раз в квартал	С учетом погодных условий, 2-ая младшая со 2-го полугодия	
25	Экскурсия	подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФК Музыкальный руководитель	1- 2 раза в год	Организуется воспитателями группы с привлечением родителей	
26	Совместные физкультурные занятия «Дети-родители»	1 и 2 младшая группа	Воспитатели, Инструктор по ФК	1- 2 раза в год	В период адаптации И как итоговое занятие	
27	Семейные старты «Мама, папа, я – спортивная семья»	Подготовительная группа	Воспитатели, Инструктор по ФК	1 раз в год		
28	Элементы закаливания: - воздушные ванны с упражнениями; - хождение босиком по дорожке здоровья	2 младшая, средняя, подготовительная	Воспитатели, медперсонал	ежедневно	По программе «К здоровой семье через детский сад» выполняется после дневного сна.	