

ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 29

№ п/п	Форма	Средства	Кто проводит	Время в режиме дня, частота	Особенности методики проведения
1	Утренняя гимнастика	комплекс упражнений	воспитатель	утро ежедневно	игровая методика, включаются: дыхательные упражнения, с предметами, в различных положениях.
2	Освоение основ гигиенической культуры	пальчиковые тренинги	воспитатель	утро ежедневно	использование малых жанров фольклора: стихи, поговорки, пословицы, индивидуальная работа
3	Физкультурные занятия	упражнения и игры	воспитатель	2 р/нед.	игровая методика, включаются специальные упражнения на воспитание осанки, варианты ходьбы, дыхательные упражнения, спортивные упражнения.
4	минутки здоровья	игровые комплексы	воспитатель	ежедневно перед утренней прогулкой 10 минут	игровой массаж, дыхательная, зрительная гимнастика, пальчиковые игры, релаксационные упражнения
5	Физминутки	логоритмические упражнения	воспитатель	днем, во время занятий 1- 3 минуты	зависит от формы занятий, его смысловой нагрузки.
6	Подвижные игры	игры малой, средней, большой подвижности, хороводные игры	воспитатель	между режимными моментами, до или после занятий, ежедневно, в самостоятельной игровой деятельности	зависят от уровня двигательной активности детей.
7	Гимнастика бодрящая	Комплекс упражнений	воспитатель	после дневного сна, ежедневно	проводится в ИП (лежа, стоя, сидя), по показаниям
8	Закаливание	воздушное	воспитатель	во время дневного сна	систематичность по индивидуальным показаниям.
		босохождение	воспитатель	После сна, 7 - 10 мин. ежедневно	
9	физкультурный досуг	игры-эстафеты, подвижные игры, хороводные игры	воспитатель,	2 раз в мес.	игровая методика.

*В летний период физкультурно – оздоровительная деятельность проводится на открытом воздухе