

Согласована  
Врач \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**  
ГБДОУ детский сад № 57  
Красногвардейского района Заведующего ГБДОУ №57  
Санкт-Петербурга № 234-у от 30.08.2024  
Подписано электронной подписью Л.С.Федотова\_  
01.09.2024 10:38  
заведующая  
Федотова Лилия Сергеевна  
7806028766-23-1732002627-20241119-323-2-1050-27

Учет мнения Совета родителей от 30.08.2024г

**Система физкультурно-оздоровительной работы ГБДОУ детский сад №57 комбинированного вида  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга.**

Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня Ежедневно.

	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально – ритмические движения.	В ходе ОД по музыкальному развитию 6-8 мин.	В ходе ОД по музыкальному развитию 8-10 мин.	В ходе ОД по музыкальному развитию 10-12 мин.	В ходе ОД по музыкальному развитию 12-15 мин.
ОД по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	2 раз в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в недел 30 мин.
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты (в соответствии с возрастной группой)	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения - дорожка здоровья	Ежедневно 5-7мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 8-10 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - зрительная гимнастика.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц по 30–35мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.

Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.

Проводится под руководством воспитателя

**Сохранение и укрепление здоровья детей в ДОУ является одной из основных и приоритетных задач.** Она остается актуальной из года в год, поскольку здоровье детей оставляет желать лучшего. Зная, что основным средством развития здоровья человека является движение, в детском саду много внимания уделяется **развитию двигательной активности**

### **Основные направления физкультурно-оздоровительной работы**

#### **1 Создание условий**

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации детей
- выполнение санитарно-гигиенического режима

#### **2. Организационно-методическое и педагогическое направление**

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических кадров
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности методами диагностики.

#### **3. Физкультурно-оздоровительное направление**

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры

#### **4. Профилактическое направление**

- проведение санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний профилактики