

**Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
детский сад № 32 муниципального образования городской округ город-курорт Сочи
Краснодарского края**

354068, г. Сочи, ул. Донская, 96а; тел., факс: 8-862-255-37-17
e-mail: dou32@edu.sochi.ru



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ детский сад №32

И.Ю. Кислицына

"30" августа 2023г

**Физкультурно-оздоровительная работа в МДОБУ № 32
на 2023-2024 учебный год**

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе, в музыкально-физкультурном зале, в группе. Все возрастные группы. Длительность (ясли: 4-5 мин, мл.гр: 4-6 мин, ср.гр: 6-8 мин, ст.гр: 8-10 мин, подг.гр: 10-12 минут)
Оздоровительные паузы: -пальчиковая гимнастика; -дыхательная гимнастика; -гимнастика для глаз; -физкультминутки; -логоритмические упражнения; -упражнения на релаксацию.	Ежедневно на занятиях и в свободной деятельности Длительность 2-10 минут
Подвижные, народные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы. Длительность 10-20 минут.
Оздоровительный бег	Ежедневно, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 минут.
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки. Длительность 10-15 минут.
Оздоровительная гимнастика после дневного сна	Ежедневно. Длительность 10-15 минут.
Образовательная деятельность	
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз на улице, Длительность от 10-30 минут.
Самостоятельная деятельность	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе.
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	Два раза в год
Физкультурный досуг	Один раз в месяц на воздухе. Длительность от 10-40 минут
Спортивные праздники и развлечения	Один раз в квартал в физкультурно-музыкальном зале, в группе, на прогулке, начиная со среднего дошкольного возраста. Длительность от 30-60 минут.
Игры-соревнования между возрастными группами.	Один-два раза в год, в физкультурно-музыкальном зале или на воздухе. Длительность от 20-минут.
Совместная физкультурно-оздоровительная работа МДОБУ и семьи	
Физкультурные занятия детей совместно с родителями	По желанию родителей, воспитателей и детей.
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, посещения открытых занятий.