

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПОЗНАВАТЕЛЬНО-РЕЧЕВОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ №117 «УЕНЧЫК» ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ



ЯР ЧАЛЛЫ ШӘҖРЕНҖ «УЕНЧЫК» 117 НЧЕ БАЛАЛАРНЫҢ ТАНЫП БЕЛУ-СӨЙЛӘМ ЮНӘЛЭШЕ БУЕНЧА ҮСЕШЕ ЭШЧӘНЧЕЛЕГЕН ӨСТЕНЛЕКЛЕ ГАМӘЛГӘ АШЫРУЧЫ ГОМУМУСТЕРЕШЛЕ БАЛАЛАР БАКЧАСЫ" МУНИЦИПАЛЬ АВТОНОМИЯЛЕ МӘКТӘПКӘЧӨ БЕЛЕМ БИРУ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ"

Рассмотрено и утверждено на Педагогическом совете от «28» мая 2026г., протокол №5

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 117 «Уенчык» Гаврилова Л.А.



### Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Формы работы	Содержание занятий	Условия организации			Ответственные
		место	время	Продолжительность (мин)	
Утренняя гимнастика	Традиционная гимнастика (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений): - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера.	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	Младшая гр. – 6 мин. Средняя гр. – 8 мин. Старшая гр. – 10 мин.	Воспитатели групп
Гимнастика после дневного сна	Разминка после сна с использованием различных упражнений: - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - сюжетные или игровые; - на развитие мелкой моторики; - на координацию движений; - в равновесии	Спальня или групповое помещение при открытых фрамугах	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп – 7–10 мин.	Воспитатели
Различные виды гимнастик	Физминутки и все виды гимнастик: для глаз, пальчиковая, дыхательная, артикуляционная.	В группе, на воздухе	Ежедневно	2 – 5 минут	Воспитатели
Точечный массаж и самомассаж	Оказание тонизирующего влияния на центральную нервную систему	В группе, на воздухе	Ежедневно	2 – 5 минут	Воспитатели

Закаливающие мероприятия	Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей: - элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, обтирание, обливание до пояса); - закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями)	С учетом специфики и закаливающего мероприятия	По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Воспитатели
Подвижные игры	Виды игр: - сюжетные - несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования); - народные; - с элементами спорта (футбол, баскетбол)	На воздухе, на спортивной площадке	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Для всех возрастных групп – 10–20 мин.	Воспитатели
Двигательные разминки	Варианты: - упражнения на развитие мелкой моторики; - ритмические движения; - упражнения на внимание и координацию движений; - упражнения в равновесии; - упражнения для глаз; - гимнастика расслабления; - корригирующие упражнения; - упражнения на формирование правильной осанки; - упражнения на формирование свода стопы.	На воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Младшая гр. – 6 мин. Средняя гр. – 8 мин. Старшая гр. – 10 мин.	Воспитатели
Упражнения с элементами различных видов спорта	Виды спортивных упражнений; - футбол; - баскетбол.	На воздухе, на игровой или спортивно	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Средняя гр. – 10 мин. Старшая гр. – 12 мин.	Воспитатели

		й площадке			
Праздники, досуг, развлечения	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	На воздухе, на групповой или спортивной площадке	1 раз в неделю	Не более 30	Воспитатели групп
Индивидуальная работа в режиме дня	Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки	В группе, на групповой площадке	Устанавливается индивидуально	Устанавливается индивидуально	Воспитатели
ООД по физическому развитию	Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды ООД по физ. культуре: - традиционная, тренировочная, сюжетная (игровое), контрольная, коррекционно-развивающие. Используется организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки по территории сада, праздники, развлечения.	На воздухе, на спортивной площадке	Три раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары и после ее спада)	Младшая гр. – 15 мин. Средняя гр. – 20 мин. Старшая гр. – 25 мин.	Воспитатели