



УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего

МБДОУ «Детский сад № 444»

Е.А.Кучина

Приказ от 01 сентября 2016 года № 1-од

Приложение № 3  
к плану проведения  
физкультурно-оздоровительной работы

**Физкультурно-оздоровительный режим  
на осенне-зимний период 2016-2017 учебного года**

Мероприятие (содержание работы)	Время проведения	Место проведения	Температурный режим	Исполнитель
Прием детей	Ежедневно 6.00-8.00	Группа Улица	+17,5 + 22,5 <sup>0</sup> С до -15 <sup>0</sup> С	Воспитатели I смены
Осмотр детей	Ежедневно 8.00-9.00	Группа	+17,5 + 22,5 <sup>0</sup> С	Медсестра Врач ДОУ
Утренняя гимнастика	Ежедневно по режиму	Группа Физкультурный зал Музыкальный зал	+18 <sup>0</sup> С	Воспитатели I смены Инструктор по физкультуре
Завтрак, II завтрак, обед, полдник	По режиму	Группа	+17,5 + 22,5 <sup>0</sup> С	Повар Кладовщик Медсестра Воспитатели Младшие воспитатели
Полоскание рта и горла кипяченой водой	Ежедневно после каждого приема пищи	Группа /умывальная комната/		Воспитатели Младшие воспитатели
Занятия физической культурой	По расписанию	Физкультурный зал Группа Улица	+18 <sup>0</sup> С до -15 <sup>0</sup> С	Воспитатели Инструктор по физкультуре
Плавание в бассейне	По расписанию	Бассейн	От +30 <sup>0</sup> С и выше	Инструктор по физкультуре (плавание) Воспитатели
Музыкальная деятельность	По расписанию	Музыкальный зал	+18 <sup>0</sup> С	Музыкальный руководитель Воспитатели
Динамические паузы (физкультминутки)	Ежедневно во время и после деятельности малой подвижности	Группа	+17,5 + 22,5 <sup>0</sup> С	Воспитатели
Подвижные игры средней и малой подвижности	Ежедневно в утренние и вечерние часы	Группа Улица	18 <sup>0</sup> С до -15 <sup>0</sup> С	Воспитатели

Нетрадиционные формы работы с детьми /профилактика отклонений в здоровье/	Ежедневно в утренние и вечерние часы	Группа	+17,5 – 22,5 <sup>0</sup> С	Воспитатели
Дневная прогулка	Ежедневно по режиму	Улица	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с	Воспитатели
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно по плану	Улица	-	Воспитатели
Динамический час на прогулке	1 раз в неделю по плану	Улица	-	Воспитатели
Индивидуальная работа по физическому развитию на прогулке	Ежедневно по плану	Улица	-	Воспитатели
Спортивные игры	По плану	Физкультурный зал Группа Улица	+18 <sup>0</sup> С    -	Инструктор по физкультуре Воспитатели
Спортивные упражнения на прогулке	По плану	Улица	-	Воспитатели
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	Физкультурный зал Улица	+18 <sup>0</sup> С    -	Инструктор по физкультуре Воспитатели
Физкультурный праздник	2 раза в год	Улица	-	Инструктор по физкультуре Воспитатели
День здоровья	1 раз в квартал	Улица	-	Инструктор по физкультуре Воспитатели
Неделя здоровья (каникулы)	4 раза в год – октябрь, декабрь, март, май – в период проведения тематических музыкальных утренников			Инструктор по физкультуре Воспитатели Старший воспитатель
Целевая прогулка	1 раз в месяц	Улица	-	Воспитатели Старший воспитатель
Дневной сон /с использованием релаксационной музыки при укладывании/	Ежедневно по режиму	Спальня	+18 <sup>0</sup> С	Воспитатели Педагог-психолог

Водные и закаливающие процедуры (облегченная одежда, обширное умывание, питьевой режим, воздушные ванны)	Ежедневно в течение дня по режиму	Группа	Водные процедуры: Дети от 3 до 7 лет начиная с + 28 <sup>0</sup> С спуская до 18-16 <sup>0</sup> С	Медсестра Воспитатели Инструктор по физкультуре Старший воспитатель
Фитотерапия: - фитонциды (лук, чеснок)	По режиму	Раздевалка Группа		Медсестра Воспитатели
Гимнастика после сна, точечный самомассаж, хождение по координационным и массажным дорожкам	Ежедневно по режиму	Спальня Группа	Босиком от + 22 <sup>0</sup> С снижая до +18 <sup>0</sup> С	Воспитатели
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно в свободное время	Группа Улица	-	Воспитатели
Вечерняя прогулка	Ежедневно по режиму	Улица	до -15 <sup>0</sup> С	Воспитатели
Физкультурно-оздоровительные мероприятия по интересам и по состоянию здоровья (кружок «Каблучок», секция «Школа мяча», секция «Фигурное плавание», группа оздоровительной гимнастики «Крепышок», кружок «Искорка»)	По расписанию	Физкультурный зал Музыкальный зал	+18-20 <sup>0</sup> С	Инструктор по физкультуре Педагог дополнительного образования (хореограф) Инструктор по плаванию Воспитатель Сергеева Е.С. Медсестра
Соблюдение адаптационного режима	В течение года			Воспитатели Медсестра Заместитель заведующего по ВМР
Медицинское обследование состояния здоровья детей	2 раза в год	Медицинский кабинет		Медсестра Врач ДОУ
Профилактические прививки	По графику	Медицинский кабинет		Медсестра Врач ДОУ
Проведение антропометрии с оценкой физического развития. Обеспечение высоты детской мебели росту детей	2 раза в год	Медицинский кабинет		Медсестра Врач ДОУ Воспитатели
Обследование физического развития детей	2 раза в год	Физкультурный зал Улица	+18 <sup>0</sup> С до -15 <sup>0</sup> С	Инструктор по физкультуре
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий	1 раз в месяц в каждой группе			Заведующий МБДОУ Старший воспитатель Медсестра
Соблюдение теплового и воздушного режима	По графику	Помещения ДОУ		Воспитатели Заместитель заведующего по АХР

				Медсестра Педагоги-специалисты
Кварцевание и проветривание групп, физкультурного и музыкального залов, бассейна	По графику			Воспитатели Младшие воспитатели Заместитель заведующего по АХР Медсестра Педагоги-специалисты
Соблюдение санитарно-гигиенического режима	Постоянно			Воспитатели Младшие воспитатели Заместитель заведующего по АХР Медсестра
Консультативная и просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления детей	согласно годовому плану			Заведующий МБДОУ Заместитель заведующего по ВМР Инструктор по физкультуре Инструктор по физкультуре (плавание) Старший воспитатель Медсестра
Консультативная и просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления детей	согласно годовому плану			Заведующий МБДОУ Заместитель заведующего по ВМР Инструктор по физкультуре Инструктор по физкультуре (плавание) Старший воспитатель Медсестра