

## Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	место	Время	Продолжительность по группам (мин.)	
Утренняя гимнастика	На воздухе ( по погодным условиям)	Ежедневно перед завтраком	Младшая – 6 Средняя – 8 Старшая – 10	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Образовательная деятельность по физическому развитию	На воздухе ( по погодным условиям)	3 раза в неделю	Младшая – 15 Средняя – 20 Старшая 25	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Подвижные игры: (сюжетные, не сюжетные, с элементами соревнований, народные, с элементами спорта и т.д.)	На воздухе	Ежедневно	Для всех возрастных групп 10 - 20	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Двигательные разминки: упражнение на развитие мелкой моторики; ритмические движения; упражнения на внимание и координацию движений, упражнение в равновесии; упражнения для активации глазных мышц; гимнастика расслабления; упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на формирование свода стоп.	На воздухе	Ежедневно	Младшая – 6 Средняя – 8 Старшая – 10 – подготовительная - 12	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно-игрового характера	Спальня	Ежедневно после сна	Для всех групп 3-5	Воспитатели.
Упражнение после сна: с предметами и без предметов; на формирование правильной осанки; на формирование свода стопы; имитационного характера; сюжетные и игровые; с простейшими тренажерами; на координацию движений, на развитие мелкой моторики.	Спальня или групповое помещение с доступом свежего воздуха	Ежедневно после сна	Для всех групп 7-10	воспитатели
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, босохождение, солнечные и воздушные ванны	С учетом специфики зак. мероприятия	По плану в зависимости от зак. мероприятия	По усмотрению медсестры	Медсестра, воспитатели
Индивидуальная работа в режиме дня	С учетом специфики индивидуальной работы	ежедневно	3-7	Воспитатели, инструктор по физкультуре.

Праздники, досуги, развлечения	На воздухе	1 раз в неделю	На более 30	Воспитатели, муз. руководители
--------------------------------	------------	----------------	-------------	--------------------------------------