

**«ПРИНЯТО»**

Решением Педагогического совета  
государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения лицей  
№373 Московского района Санкт-  
Петербурга «Экономический лицей»  
Протокол от 30.08.2024 №1

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Приказом по государственному бюджетному  
общеобразовательному учреждению лицей  
№373 Московского района Санкт-Петербурга  
«Экономический лицей»  
от 30.08.2024 № 156-од



**Система физкультурно-оздоровительной работы  
структурного подразделения детский сад  
ГБОУ лицей № 373 Московского района Санкт-Петербурга**

№	Виды физкультурно-оздоровительной работы	Время проведения и продолжительность	Ответственные
1.	Физическая культура <u>занятия</u>	3 раза в неделю длительностью: в младшей группе – 15 мин. в средней группе – 20 мин. в старшей группе – 25 мин. в подготовительной – 30 мин.	Инструктор по ФК
2.	<u>Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• утренняя зарядка;</li> <li>• проведение подвижных игр и физических упражнений на прогулке;</li> </ul>	ежедневно длительностью: в младшей группе – 10 мин. в средней группе – 10 мин. в старшей группе – 10 мин. в подготовительной – 10 мин.  ежедневно (в дни проведения занятий по физической культуре 5-10 мин.)	Инструктор по ФК       Инструктор по ФК воспитатели

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• бодрящая гимнастика после дневного сна;</li> <li>• физкультминутки;</li> <li>• динамические паузы;</li> <li>• самостоятельная двигательная деятельность детей с учетом их индивидуальных данных и потребностей;</li> <li>• физкультурные досуги</li> </ul>	<p>ежедневно 2 раза (на утренней и вечерней прогулках)</p> <p>младшая группа – 15-20 мин.  средняя группа – 20-25 мин.  старшая группа – 25-30 мин.  подготовительная – 30-40 мин</p> <p>ежедневно</p> <p>в младшей группе – 5-6 мин.  в средней группе – 6-8 мин.  в старшей группе – 8-10 мин.  в подготовительной – 10 мин.</p> <p>ежедневно по мере необходимости  1-3 мин. в зависимости от вида и содержания деятельности</p> <p>ежедневно по 10 мин. между различными видами деятельности</p> <p>ежедневно в зависимости от индивидуальных особенностей и потребностей детей под наблюдением воспитателя  1ч.25 мин. – 1ч.50 мин</p> <p>1 раз в месяц длительностью:  в младшей группе – 15 мин.  в средней группе – 20 мин.  в старшей группе – 25 мин.  в подготовительной – 30 мин.</p>	<p>воспитатели</p> <p>воспитатели</p> <p>воспитатели</p> <p>воспитатели</p> <p>Инструктор по ФК</p>
4.	<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• гигиенические процедуры;</li> </ul>	<p>в соответствии с планом работы</p> <p>ежедневно</p>	<p>воспитатели</p>

	<p>комплекс закаливающих процедур:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соблюдение температурного режима;</li> <li>• соблюдение режима проветривания;</li> <li>• соблюдение режима кварцевания групповых помещений;</li> <li>• воздушные ванны;</li> <li>• соблюдение питьевого режима;</li> <li>• профилактика плоскостопия (ходьба босиком по массажным коврикам и ребристой доске)</li> </ul>	<p>ежедневно</p> <p>ежедневно, согласно графику проветривания</p> <p>ежедневно, согласно графику кварцевания</p> <p>ежедневно после дневного сна</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно после дневного сна</p>	
--	--	---	--