ФОРМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 73 В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД.

Формы работы	**Условия организации**			**Ответственные**
	Место	**Время**	**Продолжительность по группам** (мин.)	
Утренняя гимнастика	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	первая-вторая младшая 5 - 10, средняя - 10, старшая - 10, подготовительная - до 12	Воспитатели групп
Игровые образовательные ситуации по физической культуре	На воздухе	Группы: первая и вторая младшая - 2 раза в неделю, средняя, старшая, подготовительная группы -3 раза в неделю (в часы наименьшей инсоляции - до наступления жары или после ее спада)	первая младшая - 10, вторая младшая - 15, средняя - 20, старшая - 25, подготовительная - 30	Воспитатели групп
Подвижные игры: ▪ сюжетные; ▪ не сюжетные с элементами соревнований; ▪ дворовые; ▪ народные; ▪ с элементами спорта (бадминтон, футбол,)	На воздухе	Ежедневно (в часы наименьшей инсоляции)	Для всех возрастных групп - 10-20	Воспитатели групп
Двигательные разминки: ▪ упражнения на развитие мелкой моторики; ▪ ритмические движения; ▪ упражнения на внимание и координацию движений; ▪ упражнения в равновесии; ▪ упражнения для активизации работы глазных мышц; ▪ гимнастика расслабления; ▪ упражнения на формирование правильной осанки; ▪ упражнения на формирование свода стопы.	На воздухе	Ежедневно (в часы наименьшей инсоляции)	младшая - 6, средняя - 8, старшая - 10, подготовительная - 12	Воспитатели групп

Элементы видов спорта, спортивные упражнения: ▪ футбол; ▪ бадминтон	На воздухе	Ежедневно (в часы наименьшей инсоляции)	средняя - 10, старшая - 12, подготовительная - 15	Воспитатели групп
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно-игрового характера.	Спальня	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп – 3 - 5	Воспитатели групп
Упражнения после дневного сна: ▪ с предметами и без предметов; ▪ на формирование правильной осанки; ▪ на формирование свода стопы; ▪ имитационного характера; ▪ сюжетные или игровые; ▪ с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер); ▪ на развитие мелкой моторики; ▪ на координацию движений; ▪ в равновесии.	Спальня или групповое помещение с доступом свежего воздуха	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп – 7 - 10	Воспитатели групп
Закаливающие мероприятия: ▪ босохождение; ▪ солнечные и воздушные ванны; ▪ гигиеническое обливание ног.	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Медсестра, воспитатели групп, младшие воспитатели
Индивидуальная работа в режиме дня	С учетом специфики индивидуальной работы	Ежедневно	3 - 7	Воспитатели групп
Праздники, досуги, развлечения	На воздухе	1 раз в неделю	Не более 30	Музыкальный руководитель, воспитатели групп