

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД № 25»

Улица Готвальда, 25, Миасс Челябинской области, 456306 Тел.(3513) 576900  
ОГРН 1027400881133, ИНН 7415031834, КПП 741501001

Принято:  
педагогическим советом МБДОУ № 25  
Протокол № 1 от 01.09. 2013 г.

Утверждено:  Суралева Л.Б.  
заведующий МБДОУ № 25  
Приказ № 1.28 от 01.09.2013 г.

### Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

#### 1. Создание условий для двигательной активности:

- гибкий режим
- занятия по подгруппам
- оснащение спортзала, бассейна, зала для сухого плавания, зала ЛФК, массажного кабинета и спортивных уголков в группах
- индивидуальный режим пробуждения
- подготовка специалистов

#### 2. Система двигательной активности + система коррекционной работы

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия
- двигательная активность на прогулке
- подвижные игры
- физкультминутки на занятиях
- гимнастика после дневного сна
- лечебная гимнастика
- массаж
- психогимнастика
- физиотерапия
- черлидинг
- фитболгимнастика
- плавание

#### 3. Система закаливания

Специально организованная	В повседневной жизни
<ul style="list-style-type: none"><li>- полоскание горла отварами трав;</li><li>- контрастный душ (после бассейна)</li><li>- общее УФО;</li><li>- кислородные коктейли</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- утренний прием на свежем воздухе;</li><li>- оздоровительный бег;</li><li>- облегченная форма одежды;</li><li>- ходьба босиком до и после сна;</li><li>- сон с доступом воздуха</li><li>контрастные воздушные ванны (перебежки);</li><li>- солнечные ванны (в летнее время)</li><li>- обширное умывание</li></ul>

#### **4. Организация рационального питания**

- организация второго завтрака (соки, фрукты);
- замена продуктов для детей - аллергиков;
- питьевой режим;
- витаминизация 3-х блюд

#### **5. Диагностика состояния здоровья, уровня физического развития и физической подготовленности, состояние речевого развития**

- диагностика уровня физического развития и физической подготовленности;
- диспансеризация;
- диагностика уровня речевого развития логопедом;
- обследование на ПМПК;
- диагностика развития сенсомоторных функций