

Блоки физкультурно- оздоровительной работы	Содержание физкультурно-оздоровительной работы
Создание условий для двигательной активности	• гибкий режим; • занятия по подгруппам; (младшие группы) • оснащение (спортивным инвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортивных уголков в группах); • индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;
Система двигательной активности + система психологической помощи	• утренняя гимнастика; • прием детей на улице в любое время года; (кроме ясельных групп) • ООД по ОО «Физическое развитие»; • ООД по ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка); • двигательная активность на прогулке; • физкультура на улице; • подвижные игры; • физкультминутки на занятиях; • динамические паузы; • гимнастика после дневного сна; • физкультурные досуги, забавы, игры; • спортивно-ритмическая гимнастика; • игры, хороводы, игровые упражнения; • корригирующая гимнастика после сна; • дыхательная гимнастика; • оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы; • психогимнастика

Система закаливания: в повседневной жизни и специально - организованная	• утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; • утренняя гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмика, ОРУ, игры); • облегченная форма одежды; • ходьба босиком в спальне по "дорожке здоровья" до и после сна; • сон с доступом воздуха (+19°C ... +17°C); • контрастные воздушные ванны (перебежки); • солнечные ванны (в летнее время); • полоскание рта; • корригирующая гимнастика после сна; • ароматизация помещений (чесночно-луковая) в период роста простудных заболеваний • обширное умывание
Организация правильного питания	• соблюдение режима питания; • организация второго завтрака (соки, фрукты); • строгое выполнение натуральных норм питания; • витаминизация 3-го блюда; • соблюдение питьевого режима; • гигиена приема пищи; • индивидуальный подход к детям во время приема пищи; • правильность расстановки мебели
Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психо-эмоционального состояния	• диагностика уровня физического развития; • диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники; • диагностика физической подготовленности; • диагностика развития ребенка; • обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом; • обследование учителем-логопедом