

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 72 Приморского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТО:**

на Педагогическом совете  
ГБДОУ детский сад № 72  
Приморского района Санкт-Петербурга

Протокол от «31» 08 2022 г. № \_\_\_\_\_

**УТВЕРЖДЕНО:**

Заведующий ГБДОУ детский сад № 72  
Приморского района Санкт-Петербурга

Л.Н.Чурсина

Приказ от «31» 08 2022 г. № 5522-08



**Система физкультурно-оздоровительной работы  
ГБДОУ детский сад № 72 Приморского района Санкт-Петербурга  
на 2022 - 2023 учебный год**

В ГБДОУ детский сад № 72 проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности.

Пристальное внимание обращается на выработку у детей правильной осанки.

В помещении обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; дети приучаются находиться в помещении в облегченной одежде.

Обеспечивается достаточное пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня, оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60 % от всего времени бодрствования.

Поощряется участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке, инициатива детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования.

У детей воспитывается интерес к физическим упражнениям, воспитанники учатся пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Ежедневно проводится с желающими детьми утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки длительностью 1–3 минуты.