

**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
«Кузнецковский детский сад»
(МКДОУ «Кузнецковский детский сад»)**

Утверждено:
Заведующим МКДОУ
«Кузнецковский детский сад»
Изымбаева О.Е.



**План физкультурно - оздоровительной работы
на 2025-2026 учебный год**

Воспитатели:
Буракова Ж.П.
Белоусова Е.Ю.

Планирование физкультурно – оздоровительной работы на 2025/2026 учебный год в младшей группе с1-4 лет

Мероприятия физкультурно- оздоровительной работы	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Прогулки с включением подвижных игр	«Кошка и мышки», «Где позвонили», «Кто бросит далше мешочек», «Найди себе пару»	«Огуречик - огуречик», «Карусель», «Где гуляли»	«Волк и зайцы», «Лиса в курятике», «Лохматый пёс», «Птички и кошка»	«Великаны и гномы», «Займи место», «Бездомный заяц»	«Зимние забавы», «Самолёты», «Цветные автомобили», «На прогулку»	«Искатели», «Медведь и дети», «По ровненькой дорожке», «Не опоздай»	«Через рученек», «Лошадки», «Найди себе пару», «Карусель»	«Бабочки», «Пчёлы и медведь», «Караси и щука» «Подборье поймай»	«Жук», «Два мяча», «Ласточка без гнезда», «Ластух и стадо»
Утренняя гимнастика	Комплексы № 1, 2	Комплексы № 3, 4	Комплексы № 5, 6	Комплексы № 7, 8	Комплексы № 9, 10	Комплексы № 11, 12	Комплексы № 13, 14	Комплексы № 15, 16	Комплексы № 17, 18
Гимнастика глаз	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Пальчиковая гимнастика	«Осенние листья», «Кап кап кап», «Гномики прачки», «погуляем»	«В магазине овощей» «Компот» «Листочки» «Прогрибы»	«Кукушка» «Кормушки » «Сидит белка на тележке» «Пальчики»	«Наша обувь», «Снежоко», «Ёлочка», «Помощник и»	«Мы во двор пошли гулять», «Дружба», «Спорт», «Мы поедем»	«Много мебели в квартире», «Как у нас семья большая», «Есть у каждого свой дом», «Прогулка»	«Что принес нам почтальон», «Машина каша», «Весна», «В нашей комнате»	«Акула» «Пчела» «Раз, два, три» «Я возьму молоток»	«Цветок», «Как живёшь», «Слон», «вГости»
Дыхательная гимнастика	«Листопад» «Ветер» «Ветряная мельница» «Поиграем с носиком	«Фасолевые гонки» «Надуй игрушку» «закачалось деревце» «ушки»	«Задуй свечу» «Эж» «петух» «на прогулке»	«Лыжник» «вырасти большой» «отдых» «маятник»	«Снегопад», «Снежная бури» «поворот» «задуй свечу»	«дом маленький дом большой» «сосульки»	«Кораблик» «лягушонок » «пожарные» «сосульки»	«Парашиот» «Бабочка», «Дровосек» «каша кипят» «цветы»	«Мыльные пузыри» «часики» «паровоз» «цветы»
Физкультминутки	«Отгадай, чей голосок?», «Волшебника»	«Я в садовниках родился»	«Лис и зайчата», «Аист»	«Кошки- мышки», «Загадки»	«Зеркало», «Самолёт»	«Рыбаки», «Жук»	«Ёжик», «Воробы»	«Дождик», «Сороконожка»	«Змейка», «Лягушата»

	«Путешествие»						
Использование приёмов релаксации: минуты тишины, муз.паузы							Используется в непосредственной образовательной деятельности
Воздушные ванны							Используются во время режимных моментов
Точечный массаж							в период повышенной заболеваемости ОРВИ «Неболейка»
Ароматизация помещенияй (чесноком)							В период повышенной заболеваемости ОРВИ
Гимнастика после дневного сна	Комплексы № 1, 2	Комплексы № 3, 4	Комплексы № 5, 6	Комплексы № 7, 8	Комплексы № 9, 10	Комплексы № 11, 12	Комплексы № 13, 14
Облегчённая одежда							При оптимальном температурном режиме в группе
Кварцевание							Во время повышенной заболеваемости ОРВ по графику
Физкультурные занятия	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе	2 раза в неделю 10 мин. 1 раз на воздухе
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849415

Владелец Изымбаева Ольга Евгеньевна

Действителен С 01.09.2025 по 01.09.2026