

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
на 2022-2023 учебный год

Цели физкультурно-оздоровительной работы:

1. Физическое развитие, сохранение и укрепление здоровья детей
2. Снижение заболеваемости, снижение риска возникновения осложнений после заболеваний.
3. Усиление работы с родителями по проблеме физического развития и оздоровления детей.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы:

1. Продолжать работу по созданию условий для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка.
2. Оптимизировать работу с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей.
3. Воспитывать у детей осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности.

№	Содержание работы	Возрастная группа	Время проведения	Ответственные за исполнение
Организация двигательного режима				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	воспитатели
2.	Организованная образовательная деятельность по физической культуре	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по ФК, воспитатели
	Гимнастика пробуждения	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
3.	Физкультурно-оздоровительные походы, экскурсии	Старший возраст	По плану	Методист, Инструктор по ФК Воспитатели
4.	День здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раза в год	Методист, Инструктор по ФК Воспитатели медсестра
5.	Игры с мячом, развитие умения действовать с предметами	Все группы	Ежедневно	Инструктор по ФК Воспитатели
6.	Метание мяча в цель	Старший возраст	Еженедельно	Инструктор по ФК Воспитатели

7.	Прыжки через скакалку разными способами	Старший возраст	По плану	Инструктор по ФК Воспитатели
8.	Прыжки в длину с места	Старший возраст	По плану	Инструктор по ФК Воспитатели
9.	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Инструктор по ФК Воспитатели
10.	Спортивные праздники и досуги	Все группы	По плану (ежемесячно)	Методист, Инструктор по ФК Воспитатели

Оздоровительная работа

1.	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе	Все группы	В течение года	Инструктор по ФК Воспитатели медсестра
2.	Создание условий для оптимальной двигательной активности	Все группы	В течение дня	Все педагоги
3.	Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми (на прогулке)	Все группы	В течение дня	Инструктор по ФК Воспитатели
4.	С – витаминизация	Все группы	По графику	Ст. медсестра
5.	Включение в меню свежих овощей и фруктов	Все группы	Ежедневно	Зам.директора по ДО
6.	Осуществление закаливания: - воздушные и солнечные ванны - мытье рук и лица прохладной водой - сон с доступом свежего воздуха - «Дорожки здоровья» - облегченная одежда детей - посещение «Соляной комнаты» детьми от 3 до 7 лет	Все группы	По плану	Инструктор по ФК Воспитатели медсестра
7.	Оздоровительный бег	Ст.гр.	По плану	Воспитатели, Инструктор по ФК
8.	Психогимнастика, логоритмика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
9.	Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
10.	Работа с часто болеющими детьми		По плану	Инструктор по ФК Воспитатели

Лечебно-профилактическая работа

1.	Осмотры детей узкими специалистами	Все группы	По плану поликлиники	Медсестра
2.	Антропометрия детей (в период проведения мониторинга физ. развития: сентябрь, май)	Все группы	По плану	Медсестра Инструктор по ФК
3.	Просветительская работа с сотрудниками а) Консультации для работников пищеблока: - личная гигиена сотрудников; - хранение скоропортящихся продуктов; - профилактика инфекционных заболеваний. б) Консультации для обслуживающего персонала: - соблюдение санэпидрежима; - профилактика кишечных заболеваний; - питание детей ДОУ	Все группы	По плану	Зам.директора по ДО Медсестра
4.	Контроль проведения профилактических прививок	Все группы	По плану	Медсестра
5.	Профилактика ОРВИ и гриппа Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	По плану в период эпидемии	Воспитатели
6.	Производственные совещания: 1. Выполнение санэпидрежима в Учреждении. 2. Организация питания, выполнение натуральных норм. 3. Система оздоровительной работы с дошкольниками 4. Создание комфортных условий для организации труда работников Учреждения 5. Организация летней оздоровительной работы Учреждения.		1 раз в 2 месяца	Зам.директора по ДО Методист
7.	Инструктажи с сотрудниками			Методист

Коррекционная работа

1.	Корригирующая гимнастика	Все группы	После сна	Воспитатели
2.	Упражнения по профилактике нарушения осанки	Все группы	1-2 раза в неделю	Инструктор по ФК, Воспитатели
3.	Упражнения по профилактике плоскостопия	Все группы	1-2 раза в неделю	Инструктор по ФК, Воспитатели

Контроль и руководство за оздоровительной работой

1.	Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей		Постоянно	Зам.директора по ДО Методист
2.	Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня		Постоянно	Зам.директора по ДО Методист

3.	Организация питания		Постоянно	Зам.директора по ДО Совет по питанию
4.	Выполнение режима дня		Постоянно	Зам.директора по ДО Методист
5.	Выполнение санэпидрежима		Постоянно	Зам.директора по Д Завхоз
6.	Организация двигательной активности в течение дня		Ежедневно	Зам.директора по ДО Методист
7.	Организация закаливания		По плану	Зам.директора по ДО Методист
8.	Организация работы по профилактике детского дорожно - транспортного травматизма		По плану	Зам.директора по ДО Методист Воспитатели
9.	Проведение физкультурных досугов, развлечений		По плану	Зам.директора по ДО Методист
10	Тематический контроль «Организация и эффективность здоровьесберегающей деятельности воспитанников в режиме дошкольного образовательного учреждения»		Май	Зам.директора по ДО Методист

Методическая работа

1.	Тренинг личностного роста	Все педагоги		Педагог-психолог
2.	Консультации для воспитателей: «Роль воспитателя на физкультурных занятиях» «Организация и проведение физкультминуток» «Специфика здоровьесберегающей среды» «Зимние игры на свежем воздухе» «Развитие ориентации координации дошкольников»	Все педагоги		Инструктор по ФК
3.	Семинар - практикум «Движение – основа здоровья»	Все педагоги	Октябрь	Все педагоги
4.	Тренинг «Подвижные игры и игровые упражнения для совместной деятельности детей и взрослых» «Пальчиковые игры и упражнения для развития дошкольников»	Все педагоги	Октябрь Март	Методист, Инструктор по ФК
5.	Обмен опытом «Лето красное-для здоровья время прекрасное»	Все педагоги	Июнь	Методист, Воспитатели групп

6.	Смотр-конкурс «Подготовка к летней оздоровительной работе»	Все педагоги	Июнь	Зам.директора по ДО Методист Воспитатели
Работа с родителями				
1.	Выставка работ «Я и моя семья – спортивные успехи»	Ср.гр., ст.гр.	Март	Воспитатели Инструктор по ФК
2.	Анкетирование родителей «Условия здорового образа жизни в семье»		Октябрь, март	Воспитатели
3.	Памятка для родителей «Двигательная активность детей вне детского сада»		Октябрь	Инструктор по ФК
4.	Оформление наглядной агитации для родителей: - «Если ребенок часто болеет» - «Обучение дошкольников правилам дорожного движения» - «Солнце воздух и вода» - «Здоровый образ жизни в семье» - «Здоровое питание»		По плану	Инструктор по ФК, воспитатели
5.	Консультации: - «Как одеть ребенка на физкультурное занятие» - «Как закалять малыша» - «Внимание – грипп!» - «Летний период – время оздоровления и развития» - «Зрение-здоровье» - «Комплексы упражнений для укрепления опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста»		По плану	Инструктор по ФК, воспитатели
6.	Круглый стол «Летний отдых в стенах ДОУ»		Май	Методист
7.	Личные беседы о состоянии здоровья детей	Все группы	Постоянно	Инструктор по ФК
Материально-техническая работа				
1.	Оснащение территории новым спортивным инвентарем		Май - июнь	Завхоз
2.	Текущий ремонт спортивного и игрового оборудования на участках		По мере необходимости	Завхоз
3.	Озеленение территории ДОУ		Апрель-май	Завхоз
4.	Приобретение игрового инвентаря для игр на свежем воздухе		Апрель -май	Завхоз