

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 06.09.2023 г.
Общим собранием коллектива
№ 1 от 06.09.2023



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
№ 2 с. Некрасовка
Е.А. Ломаева
Приказ № 36А от 06.09.2023 г

ПЛАН
Физкультурно-оздоровительной работы
в МБДОУ № 2 с. Некрасовка
на 2023-2024 уч.год

сентябрь 2023

Ведущие цели физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Задачи:

- ⇒ Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- ⇒ Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- ⇒ Реализации потребности детей в двигательной активности;
- ⇒ Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Ожидаемые результаты:

- ⇒ совершенствование образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую игрой личность;
- ⇒ положительная динамика показателей физического развития детей;
- ⇒ формирование у детей и родителей осознанного отношения к физическому воспитанию ребенка;
- ⇒ снижение уровня заболеваемости.

Содержание	Периодичность Выполнения	Ответственный	Сроки
Мониторинг основных параметров по здоровьесбережению в ДОУ			
Антропометрия	2 раза в год	Ст. м/с	сентябрь, апрель
Уточнение списка детей по группам здоровья	2 раза в год	Ст. м/с	сентябрь
Проведение педагогической диагностики по образовательной области «Физическое развитие»	2 раза в год	Ст. воспитатель	сентябрь, май
Комплексная оценка результатов летней оздоровительной работы	1 раз в год	Ст. воспитатель	декабрь
Организация режима			
Организация жизни детей в адаптационный период	ежедневно	воспитатели	сентябрь - ноябрь
Приём детей в группе с обязательным осмотром, термометрией и выявлением жалоб родителей	ежедневно	воспитатели, Ст. м/с	в течение года
Приём детей в группе с обязательным осмотром, выявление жалоб родителей	ежедневно	воспитатели	в течение года
Организация двигательного режима			
Подвижные игры во время утреннего приёма детей	ежедневно	воспитатель	в течение года
Образовательная деятельность по физической культуре	три раза в неделю (3-е на воздухе)	воспитатель	в течение года

Физкультминутки	ежедневно	воспитатель	в течение года
Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатель	в течение года
Гимнастика глаз	ежедневно	воспитатель	в течение года
Пальчиковая гимнастика, пальчиковые игры, массаж	ежедневно	воспитатель	в течение года
Прогулки с включением подвижных и народных игр	ежедневно	воспитатель	в течение года
Музыкально-ритмические движения	2 раза в неделю	воспитатель, муз. руководитель	в течение года
Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня	ежедневно	воспитатель	в течение года
День здоровья (тематический)	1 раза в год	педагоги	ноябрь
<p>Спортивный досуг, забавы, развлечения:</p> <p><u>с детьми смешанной ранней группы:</u></p> <p>⇒ «Путешествие по зимнему лесу»,</p> <p>⇒ «Цветные горошины»;</p> <p><u>с детьми средней группы:</u></p> <p>⇒ «Зимние путешествия»,</p> <p>⇒ «Я здоровым быть хочу»</p> <p><u>с детьми старшей группы:</u></p> <p>⇒ «Быстрый, ловкий, смелый»\</p> <p>⇒ игры эстафеты «Зимние забавы»,</p>		педагоги	По плану

⇒ «Быстрее всех»; <i>с детьми</i> <i>подготовительной</i> <i>группы:</i>			
⇒ «Дружные ребята»,			
⇒ игры эстафеты «Зимние забавы», «Навстречу солнышку»			
Охрана психосоматического здоровья			
Использование приемов релаксации: минута тишины, музыкальная пауза	ежедневно	воспитатель, педагог психолог	в течение года
Профилактика заболеваемости			
Дыхательная гимнастика в игровой форме	Ежедневно во время утренней зарядки, на прогулке, после сна	воспитатель	в течение года
Ароматизация помещения «Чесночные букетики»	ежедневно	Пом. воспитателя, воспитатель	октябрь-апрель
Индивидуальная работа по коррекции осанки, профилактике плоскостопия	ежедневно	воспитатель	в течение года
Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка			
Воздушные и солнечные ванны	ежедневно	воспитатель	лето
Прогулки на воздухе	ежедневно	воспитатель	в течение года
Хождение босиком по массажным дорожкам	ежедневно после дневного сна	воспитатель	в течение года
Сон без маек (при температуре в спальне +18С и выше)	в сон час	воспитатели	июнь, июль, август
Формирование личностных установок ребенка на здоровый образ жизни			
Соблюдение личной гигиены	ежедневно	воспитатель	в течение года

Беседы-игры с детьми о здоровье, спорте, их значении	ежедневно	воспитатель	в течение года
Рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы, отгадывание загадок о ЗОЖ	по плану	воспитатель	в течение года

Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ		
Составление расписания физкультурных и музыкальных занятий	август	Ст. воспитатель
Мониторинг заболеваемости детей	декабрь, май	Ст. м/с
Анализ освоения детьми программы по физической культуре	Май 2024	Ст. воспитатель
Организационно - методические мероприятия по реализации образовательной области «Физическое развитие»	2023-2024 уч.г.	Ст. воспитатель
Обновление и дополнение физкультурных уголков в группах, дополнение оборудования в спортивном зале, выносного оборудования для прогулочных участков	в течение года	Заведующий Завхоз
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА		
Помощь воспитателям в составлении планов работы по ЗОЖ	В течение года	Ст. воспитатель
Оформление папок по ЗОЖ в группах для родителей	В течение года	Ст. воспитатель
Пополнение методического кабинета и групп методической, детской литературой и наглядными пособиями	В течение года	Ст. воспитатель
Консультации: ⇒ «Профессиональные умения воспитателя и содержание его деятельности по формированию ЗОЖ у детей» ⇒ «Двигательная активность детей в учреждении дошкольного образования»	Сентябрь	Ст. воспитатель

⇒ «Профилактика инфекционных заболеваний»		Ст. м/с
Семинар-практикум для воспитателей: ⇒ «Здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования»	Октябрь	Ст. воспитатель
Консультация «ЗОЖ. Фитотерапия»		Ст. м/с
Круглый стол «Игры, которые лечат»		Педагоги
Семинар-практикум для помощников воспитателей «Правильное питание и здоровье детей»	Ноябрь	Ст. м/с
Консультации: ⇒ «Современные здоровьесберегающие технологии в учреждении дошкольного образования»	Ноябрь	Ст. воспитатель
⇒ «Правильно питайтесь и будете здоровы»		Ст. м/с
Консультация «Игры и физические упражнения зимой!»	Декабрь	Ст. воспитатель
Консультация «Самостоятельная двигательная деятельность в учреждении дошкольного образования» Открытые просмотры по ознакомлению детей с правилами безопасного поведения.	Январь	Ст. воспитатель педагоги
Консультация «Формирование экологического навыков в физкультурно-оздоровительной работе»	Февраль	Ст. воспитатель
Консультации: ⇒ «Основные виды движений - фундамент для освоения спортивных упражнений» ⇒ «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре»	Март	Ст. воспитатель
Деловая игра «Что мы знаем о физкультуре» Консультация «Весело играем, здоровье укрепляем»	Апрель	Ст. воспитатель
Выставка в методическом кабинете литературы «Летнее оздоровление детей в условиях дошкольного учреждения» Консультация «Организация активного отдыха в учреждении дошкольного образования»	Май	Ст. воспитатель

ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ

Утренний прием. Осмотр детей. Беседы о состоянии здоровья детей с родителями (законными представителями)	ежедневно	Воспитатели
Артикуляционные, пальчиковые упражнения, упражнения на дыхание	ежедневно	воспитатели специалисты
Утренняя зарядка	ежедневно, не менее 10 мин.	Ст. Ст. м/с воспитатели
Занятия физической культурой	3 занятия	воспитатели
Интегрированные занятия, игры, беседы, проблемные ситуации с детьми валеологического содержания	по плану педагогов	воспитатели, специалисты
Музыкально - ритмические движения на музыкальных занятиях	2 раза в неделю	Муз. руководитель
Прогулки по режиму дня (подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений, самостоятельная двигательная деятельность детей)	ежедневно, утром и вечером	воспитатели
Бодрящая гимнастика после сна	ежедневно	воспитатели
Закаливающие мероприятия	в течение дня	Ст. м/с воспитатели
Самостоятельная двигательная деятельность детей	ежедневно на прогулке, в группе	воспитатели
Музыкотерапия: музыка перед сном, пробуждение, на занятиях, музыкальные коммуникативные игры	ежедневно, в течение дня	Муз. руководитель воспитатели
Упражнения на релаксацию, элементы психогимнастики, логоритмические упражнения	во время занятий, перед сном	воспитатели специалисты
Гигиенические процедуры в соответствии с возрастом детей	в течение дня	воспитатели
Сбалансированное 4-х разовое питание (второй завтрак - соки, фрукты)	в течение года	Ст. м/с
Неделя здоровья	Октябрь, апрель	воспитатели специалисты

Неделя безопасности	сентябрь 2023 апрель 2024	воспитатели специалисты
Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Воспитатели Муз. руководитель

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Интерактивное общение с родителями через сайт ДОУ, групповые сообщества ВКонтакте, мессенджеры групп (практические рекомендации, комплексы упражнений)	в течение года	Ст. воспитатель педагоги
Приобщение к участию в конкурсах, акциях и т.п. физкультурно - оздоровительной направленности, в том числе, дистанционных	в течение года	воспитатели специалисты
Консультации для родителей, рекомендации в «Уголок здоровья»	в течение года	Ст. м/с

Смешанная ранняя группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Сентябрь			
Консультация: «Развивающая среда дома»	Анкета для родителей «Семья и здоровье ребёнка»	Консультация «Развиваем пальчики»	Анкета «Вы и здоровый образ жизни». Консультация «Семья и здоровье ребёнка»
Октябрь			
Анкетирование по вопросам физического воспитания в семье	Папка-передвижка «Что такое правильное питание»	Консультация «Движение - это жизнь»	Консультация «Закаливание детского организма»
Ноябрь			
Консультация «Физическое воспитание и саморегуляция поведения ребёнка»	Консультация: «Профилактика ОРЗ»	Консультация: «Охрана здоровья детей и формирование в семье культуры здорового образа жизни»	Папка - передвижка: «Профилактика ОРЗ, Грипп»

Декабрь			
Памятка: «Профилактика зимнего травматизма»	Консультация: «Культурно гигиенические навыки их значения в развитие ребенка»	Анкетирование «Здоровый образ жизни». Беседа с родителями: «Здоровье ребенка в наших руках»	Папка - передвижка: «О пользе закаливания», «Полезные продукты»
Январь			
Консультация: «Игры, которые лечат»	Папка- передвижка: «Предупреждение плоскостопия у детей»	Консультация: «Упражнения для формирования правильной осанки у детей»	Консультация «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!»
Февраль			
Консультация: «Советы по закаливанию»	Консультация: «Физическое воспитание ребенка в семье».	Консультация «Оздоровление питанием»	Папка – передвижка «Влияние взаимоотношений взрослых в семье на эмоциональное для благополучие ребенка».
Март			
Консультация «Оборудование детской площадки в саду, на даче и игры на них»	Папка-ширма «Массаж против насморка»	Консультация «Лечение без лекарств»	Папка - передвижка «Расти здоровым»
Апрель			
Консультация «Эндокринные заболевания у детей»	Консультация «Подвижная игра в жизни ребенка»	Консультация: «Соблюдение гигиенических норм и правил - важный фактор ЗОЖ»	Памятка для родителей «Правила этикета»
Май			
«Здоровый образ жизни в нашей семье»	Круглый стол с родителями «Здоровы образ жизни в семье»	Консультация для родителей «Закаляйся - если хочешь быть здоров»	Папка - передвижка «Вредные привычка у родителей и их

			влияние на развитие здоровья ребенка»
--	--	--	---------------------------------------

КОНТРОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ		
Оперативный контроль за проведением образовательной деятельности по физической культуре, закаливающих мероприятий, утренней зарядки	в течение года	Ст. воспитатель Ст. м/с
Оперативный контроль по воспитанию культурно-гигиенических навыков		
Оперативный контроль за соблюдением режима дня		
Контроль за соблюдением санитарно - гигиенических норм содержания помещений		
Контроль за организацией питания		
Контроль за организацией прогулки		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390190

Владелец Ломаева Елена Александровна

Действителен с 05.04.2024 по 05.04.2025