

РАССМОТРЕН

УТВЕРЖДЕН

на педагогическом совете  
Протокол №1 от 30.08.2023

Приказ № 85 от 30.08.2023г.

## **ПЛАН**

**физкультурно-оздоровительной работы**

**на 2023—2024 учебный год**

**в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном  
учреждении «Детском саду №12 компенсирующего вида»**

### **Цель физкультурно-оздоровительной работы:**

- стабилизировать физическое и психологическое благополучие воспитанников, их родителей, педагогов Учреждения.
- снизить заболеваемость, а также риск возникновения осложнений после них.

### **Задачи физкультурно-оздоровительной работы:**

- создать в Учреждении условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого субъекта образовательных отношений.
- обеспечить оптимальное освоение воспитанниками комплекса движений и физических упражнений, необходимых для физического развития.
- осуществлять комплекс закаливающих процедур.
- реализовать индивидуально-дифференцированный подход в системе физкультурно-оздоровительной работы.
- воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, учить пользоваться физкультурным оборудованием.
- воспитывать осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности.

## План физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№ п/п	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
<b><i>I. МОНИТОРИНГ</i></b>				
1.	Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае)	Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	средняя, старшая, подготовительные	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники
<b><i>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</i></b>				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	Физическая культура а) в группе б) на воздухе	Все группы	2 раза в неделю 1 раз в неделю на улице	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
6.	Спортивные игры	Все группы	3 раза в неделю	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
7.	Физкультурные праздники: «День защитника Отечества», «День защиты детей»	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп

8.	День здоровья « В гости к Айболиту», «Сестрички -привычки»	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	Спартакиада дошкольников	Команда : Старшие -6чел. Подготовительные-8чел.	1 раз в месяц С ноября-по май.	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп

### ***III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ***

1.	Влажная уборка	Все группы	ежедневно	Младшие воспитатели
2	Проветривание	Все группы	ежедневно	Младшие воспитатели

### ***IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ***

1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на ИЗО деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, воспитатели группы
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Воспитатели, младшие воспитатели

### ***V. ЗАКАЛИВАНИЕ***

1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, инструктор по физкультуре
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на занятии физкультурой в зале	Воспитатели, инструктор по физкультуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
<b>VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ</b>				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно	Младшие воспитатели, воспитатели

### Перспективный план физкультурно-оздоровительной работы с родителями

Месяц	Проводимые мероприятия	Ответственный
Сентябрь	Родительские собрания с консультацией «Организация физкультурно-оздоровительной работы ДОУ для дошкольников»	Инструктор по ФИЗО
Октябрь	Субботник на улице	Зам.зав. по АХЧ
Ноябрь	Разработка рекомендаций на стенды для родителей «Спорт как условие для сохранения и поддержания здоровья детей»	Председатель ТГ
Декабрь	Индивидуальные консультации	Воспитатели групп
Январь	Разработка рекомендаций на стенды для родителей «Здоровый образ жизни семьи»	Зам.зав.по УВР, ст. методист
Февраль	Физкультурный праздник, посвященный 23 февраля – Дню защитника Отечества	Инструктор по ФИЗО
Март	Разработка рекомендаций на стенды для родителей «Правильное питание – залог здоровья»	Зам.зав.по УВР, ст. методист
Апрель	Субботник на улице	Зам.зав. по АХЧ.
Май	Индивидуальные консультации	Воспитатели групп
Июнь-август	Летний спортивный праздник на улице: «Здравствуй, лето»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель.

**Перспективный план физкультурно-оздоровительной работы с сотрудниками МБДОУ «Детский сад №12 компенсирующего вида»**

п/№	Месяц	Мероприятия	Ответственный
1	Сентябрь	Консультация педагогов на тему: «Здоровье педагога как условие успешной трудовой деятельности»	Зам.зав.по УВР, Ст.методист
2	Октябрь	День здоровья	Инструктор по физо, музыкальный руководитель.
3	Ноябрь	Выход на длительную прогулку сотрудников ДОУ «Скандинавская ходьба» (Фотоотчёт)	Инструктор по ФИЗО
4	Декабрь	Спортивно-музыкальное развлечение для сотрудников Учреждения	Музыкальный руководитель
5	Январь	Лыжный поход	Инструктор по ФИЗО
6	Февраль	Консультация педагогов на тему: «Выгорание: причины, симптоматика, профилактика»	Педагог-психолог
7	Март	Тренинг по снятию психического напряжения педагогов	Педагог-психолог
8	Апрель	День здоровья	Инструктор по физо, музыкальный руководитель
9	Май	Оформление стенда «Спортивная жизнь сотрудников»	Ст. методист. Зам.зав по УВР
10	Июнь-август	Спортивно-музыкальные развлечения.	Инструктор по физо, музыкальный руководитель