

МБОУ «Войковицкая СОШ №1»

РАССМОТРЕН  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 31.08.2022г.



ПРИКАЗ ДИРЕКТОРА МБОУ  
«Войковицкая СОШ №1»  
№ 91 от 01.09.2022г.

ТВЕРЖДЕН

## ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

*Цель физкультурно-оздоровительной работы* – укрепление здоровья детей, повышение работоспособности и расширение адаптационных возможностей часто и длительно болеющих дошкольников.

*Достижение поставленных целей осуществляется посредством решения следующих задач:*

- Сохранение и укрепление здоровья детей;
- Совершенствование двигательной здоровьесберегающей развивающей среды МБОУ;
- Создание условия для развития интегративных качеств детей на основе активного двигательного режима в течение дня;
- Взаимодействие с семьями воспитанников и социальными партнерами по вопросам физического воспитания;
- Развитие инновационного потенциала педагогов в области физической культуры дошкольников.

*Основные направления физкультурно-оздоровительной работы:*

### *1. Использование вариативных режимов дня*

- Гибкий режим дня;
- Адаптационный режим дня;
- Щадящий режим дня (после перенесенных заболеваний)

### *2. Психологическое сопровождение детей*

- Диагностика развития детей;
- Комфортный климат в МБОУ;
- Личностно-ориентированный стиль взаимодействия;
- Психолого- педагогическая поддержка ребёнка;

- Консультации психолога для родителей

**1. Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и ЗОЖ:**

- Игры по развитию представлений и навыков ЗОЖ;
- Моделирование ситуаций;
- Экспериментирование;
- Воспитание гигиенических навыков;
- Формирование ОБЖ

**2. Оздоровительное и профилактическое направление:**

Оздоровительные технологии: профилактические, общеукрепляющие, коррекционные.

**ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

№ п/п	Мероприятия	Возрастная группа	Периодичность	Ответственные
<b>1. ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА</b>				
1.1	Гибкий режим дня;	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
1.2	Адаптационный режим дня;	Вновь поступающие дети	ежедневно	Все педагоги
1.3.	Щадящий режим дня (после перенесённых заболеваний)	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
1.4.	Каникулы	Все возрастные группы	2 раза в год	Все педагоги
<b>2. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ</b>				
2.1.	Диагностика развития детей	Все возрастные группы	Сентябрь, май	Все педагоги
2.2.	Комфортный климат в МБОУ	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
2.3.	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
2.4.	Психолого-педагогическая поддержка ребёнка	Все возрастные группы	По необходимости	Педагог-психолог, Педагоги
2.5.	Консультации психолога для родителей	Все возрастные группы	По запросу родителей и по необходимости	Педагог-психолог
<b>3. ВИДЫ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ РЕБЁНКА (интеграция образовательной области «Физическое развитие»)</b>				

3.1.	Утренняя гимнастика	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
3.2.	Физкультминутки	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
3.3.	Динамические паузы	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
3.4.	Физкультурные занятия в групповом помещении в зале; на воздухе	1. группы раннего возраста 2. младший/средний/старший/подготов 3. ранний/младший/средний-тёплый период. Старший/подготов При благоприятных метеорологических условиях	3 раза в неделю	Инструктор по физкультуре, Воспитатели
3.5.	Совместная деятельность в ходе реализации образовательной области «Музыка»	Все возрастные группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, Воспитатели
3.6.	Физические упражнения после сна	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
3.7.	«Дорожка здоровья» (профилактика плоскостопия)	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
3.8.	«Дыхательная гимнастика»	Ранний/младший-отдельные элементы; Средний/старший/подготовительный	ежедневно	Все педагоги
3.9.	«Гимнастика для глаз»	Ранний/младший-отдельные элементы; Средний/старший/подготовительный	ежедневно	Все педагоги
3.10.	Подвижные игры на воздухе и в помещении	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
3.11.	Спортивные праздники/соревнования	Все возрастные группы	3 раза в год	Инструктор по физкультуре Воспитатели
3.12.	Самостоятельная двигательная активность детей в помещении и на прогулке	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
<b>4. РАБОТА С ДЕТЬМИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ И ЗОЖ</b>				

4.1.	Игры по развитию представлений и навыков ЗОЖ	Все возрастные группы	1 раз в неделю в совместной деятельности	Все педагоги
4.2.	«День чистых рук»	Все возрастные группы	1 раз в год	Все педагоги
4.3.	«Дни здоровья»	Все возрастные группы	2 раза в год	Все педагоги
<b>5. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>				
5.1.	Питьевой режим	Все возрастные группы	Ежедневно (по графику)	Младшие воспитатели; Воспитатели
5.2.	Подбор оптимальной слоистости одежды при различных температурах в группе, в физкультурном и музыкальном залах, на улице	Все возрастные группы	ежедневно	Все педагоги
5.3.	Облучатель-рециркулятор ультрафиолетовый бактерицидный СН 211-115	Все возрастные группы	В период карантина При неблагоприятной эпидемиологической ситуации по графику	Младшие воспитатели; Воспитатели
5.4.	Чесночные ингаляции	Все возрастные группы	В осенний период	Воспитатели
5.5.	Игровой массаж	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
5.6.	Посещение соляной комнаты	Все возрастные Группы Только при наличии справки от врача об отсутствии противопоказаний и с согласия родителей (законных представителей) с февраля 2019	Кратность посещений в соответствии с рекомендациям и врача	Инструктор по физкультуре; Заместитель директора по УВР; Воспитатели
<b>6. ЗАКАЛИВАНИЕ</b>				
6.1.	Воздушные ванны	Ранний возраст: бытовые – подготовительная работа к процедуре воздушных ванн. Младший-подготовительны –процедуры	ежедневно	Воспитатели

		воздушных ванн		
6.2.	Сон без маек	В тёплый период времени	ежедневно	Воспитатели
6.3.	Обширное умывание	Младший/средний возраст: сентябрь-апрель до локтя; май- август до плеча. Старший/подготовительный возраст: сентябрь- апрель – до подмышек, май – август – до груди	Ежедневно, после прогулки в 1 половину дня.	Воспитатели
6.4.	Обширное умывание ног	Все возрастные группы	летний период	Воспитатели
6.5.	Хождение босыми ногами по массажной дорожке	Все возрастные группы	ежедневно	Воспитатели
<b>7. ВОЗДУШНО – ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ</b>				
7.1.	Режим одностороннего и сквозного проветривания (последнее в отсутствие детей)	Все возрастные группы	ежедневно	Мл. воспитатели
7.2.	Утренний приём на улице	Все возрастные группы	ежедневно (летний период)	Воспитатели
7.3.	Облегченная одежда для занятий по физической культуре	Все возрастные группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, Воспитатели
7.4.	Снижение температуры групповой комнаты при проведение занятий по физическому развитию до 20*	Группа раннего возраста	2 раза в неделю	Мл. воспитатели, Воспитатели.

**Требования к проведению закаливания:**

1. Учёт индивидуальных особенностей ребёнка
2. Положительные реакции ребёнка на закаливание
3. Непрерывное закаливание
4. Согласие родителей (законных представителей) (*Приложение 1*)

**Согласие родителей (законных представителей) на проведение  
закаливающих процедур**

№ п/п	Фамилия, имя ребёнка	Воздушные ванны		Сон без маек		Обширное умывание ног		Хождение босыми ногами по массажной дорожке		Подпись родителя (законного представите ля)
		да	нет	да	нет	да	нет	да	нет	
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
16.										
17.										
18.										
19.										
20.										
21.										
22.										
23.										
24.										
25.										

Воспитатели: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_);

Муз. руководитель: : \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_);

Инструктор по физической культуре: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)