

План
реализации программы
Л.Д. Глазыриной «Физическая культура дошкольника»

Цель физкультурно-оздоровительной работы в детском саду - сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы:

- Создать в детском саду условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка
- Обеспечить оптимальное освоение детьми комплекса движений и физических упражнений, необходимых для нормального физического развития
- Воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий
- Воспитывать у детей осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности: развивать валеологическую культуру ребенка, основы валеологического сознания.

Система физкультурно – оздоровительной работы.

1.ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРАЗДНИКОВ И РАЗВЛЕЧЕНИЙ.

Название	Дата	Ответственные
Спортивный праздник «Весёлые зверята»	Сентябрь	Воспитатели
Спортивное развлечение «Полет на луну»	Октябрь	
Спортивное развлечение «Петрушкин нос»	Ноябрь	
Весёлые старты	Декабрь	Воспитатели
«Мы дружим со спортом»	Январь	
«Вперед, ни шагу назад» (зарница)	Февраль	
«Зимние забавы»		
День здоровья	Ноябрь, Февраль, май	Воспитатели
Развлечение «День мяча»	Март	Воспитатели
Спортивное развлечение «На нашем стадионе»	Май	
Праздник детства Летний спортивный праздник	июнь	Воспитатели
Развлечение «В здоровом теле здоровый дух»		

2. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Название	Дата	Ответственные
Семинар «Современные здоровьесберегающие технологии в малокомплектном детском саду»	Май	Воспитатели

3. КОНТРОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.

Медико-педагогический контроль за проведением занятий по физической культуре, закаливающими мероприятиями, утренней гимнастики	по плану работы	ст.воспитатель
Контроль по воспитанию культурно-гигиенических навыков	по плану работы	
Контроль за воздушно-тепловым режимом, соблюдением режима дня. Соблюдением санитарно-гигиенических норм содержания помещений.	по плану работы	
Контроль за организацией питания детей	по плану работы	
Контроль за организацией прогулки	по плану работы	
Контроль за проведением совместных оздоровительных мероприятий с родителями	по плану работы	

4. МЕРОПРИЯТИЯ С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ

Содержание	Срок	Ответственный
Составление перспективного и календарного плана физкультурно-оздоровительной работы с детьми	постоянно	воспитатели
Анализ освоения детьми программы по физической культуре	сентябрь, май	ст.воспитатель
Планирование индивидуальной работы с детьми по освоению программного материала	ежедневно	воспитатели
Составление рационального расписания физкультурных занятий	сентябрь	ст.воспитатель
Подбор оздоровительных упражнений (дыхательная, пальчиковая гимнастика, упражнения на релаксацию, оздоровительные упражнения для горла, упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки)	ежемесячно	воспитатели
Организационно-методические мероприятия по реализации образовательной области Физическая культура	по плану	ст.воспитатель
Обновление и дополнение физкультурных уголков	в течение года	воспитатели

5. ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

СЕНТЯБРЬ	
- Утренняя гимнастика	ежедневно
- Физкультурные занятия	3 раза в неделю
- Витаминотерапия или соки	ежедневно
- Закаливание:	ежедневно
- Прогулки на воздухе	ежедневно
- Полоскание зева кипяченной охлажденной водой	после каждого приема пищи
- Ходьба в носках на гимнастике	ежедневно
- Обширное умывание после дневного сна	ежедневно
- Ходьба по массажным дорожкам	

6. ПЛАН ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ

1. Санитарное состояние групп	
- соблюдение санитарных правил устройства и содержания ДОУ	Ст.воспитатель
- обеспечение установленных норм в детском саду	
2. С целью профилактики психоневрологических заболеваний	
- контролировать соблюдение гигиенических требований относительно сетки занятий	Ст. воспитатель
- обеспечить индивидуальный режим в период адаптации детей в ДОУ	воспитатели
3. Для профилактики нарушения опорно-двигательного аппарата	
- правильная расстановка мебели	воспитатели
- применять комплекс физкультурно-оздоровительной работы	воспитатели
- проводить физкультурные занятия на свежем воздухе	воспитатели

7. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в нед 15-20	2 раза в нед 20-25	2 раза в нед 25-30	2 раза в нед 30-35
	на улице	1 раз в нед 15-20	1 раз в нед 20-25	1 раз в нед 25-30	1 раз в нед 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно 5-6	ежедневно 6-8	ежедневно 8-10	ежедневно 10-12
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	физкультминутки	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	физкультурный праздник	-	2 раза в год до 40 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно