

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ «Верхнеерусланская ОШ»
К.Б.Кажгалиева



План физкультурно-оздоровительной работы

на 2022 - 2023 учебный год

в дошкольной группе «Колокольчик»

Цель физкультурно-оздоровительной работы: сохранение и укрепление здоровья детей; снижение заболеваемости; усиление работы с родителями по проблеме физического развития и оздоровления детей.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы:

1. Создать в группе условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка.
2. Обеспечить оптимальное освоение детьми комплекса движений и физических упражнений, необходимых для нормального физического развития.
3. Оптимизировать работу с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей.
4. Воспитывать у детей осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности.
5. Воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, познакомить с новым физкультурным оборудованием вне занятий.
6. Осуществлять комплекс закаливающих процедур.

№ п\п	Содержание мероприятий	Периодичность	Ответственные
Организация двигательной активности			
1.	Утренняя гимнастика.	ежедневно	воспитатели
2.	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физической культуре	2 раза в неделю, 1 раз на свежем воздухе	воспитатели,
3.	Прогулки с включением подвижных и народных игр	ежедневно, 2 раза в день	воспитатели
4.	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели
5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня.	ежедневно	воспитатели

6.	<p>Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – гимнастика для глаз; – пальчиковая гимнастика; – дыхательная гимнастика; – массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; – упражнения на релаксацию; – логоритмические упражнения; – физкультминутки. 	ежедневно	воспитатели
7.	Оздоровительный бег	ежедневно на прогулке	воспитатели
8.	Музыкотерапия: музыка перед сном, пробуждение, на занятиях, музыкальные коммуникативные игры	ежедневно в течение дня	воспитатели

Профилактические мероприятия

1.	Ароматерапия – в группе дольки чеснока и лука в тарелочке	ежедневно в период заболеваемости гриппа и ОРЗ	воспитатели
2.	Профилактические прививки	сезонные	медицинская сестра
3.	Проветривание по графику	ежедневно	воспитатели

Закаливающие мероприятия

1.	Воздушные ванны	в течение года	воспитатели
2.	Прогулка на воздухе	2 раза в день	воспитатели
3.	Гимнастика после сна в постели	ежедневно	воспитатели

4.	Хожение по доске с ребристой поверхностью и дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия	ежедневно	воспитатели
5.	Мытье рук до локтей	ежедневно	воспитатели
6.	Игры с водой	май-август	воспитатели
7.	Хожение босиком по траве	май-август	воспитатели
Спортивные досуги			
1.	Спортивное развлечение «Путешествие в страну Светофорию»	сентябрь	воспитатели
2.	Спортивное развлечение «Бабушка, дедушка, я – неразлучные друзья»	октябрь	воспитатели
3.	Спортивное развлечение «Папа, мама, я – спортивна семья»	ноябрь	воспитатели

4.	Спортивный праздник с национальным компонентом «Здравствуй, гостыюшка – зима!»	декабрь	воспитатели
5.	Малая зимняя олимпиада	январь	воспитатели
6.	Спортивный праздник «Лучше папы друга нет»	февраль	воспитатели
7.	«Мы с мамой неразлучные друзья»	март	воспитатели
8.	Спортивное развлечение «Большое космическое путешествие»	апрель	воспитатели
9.	Спортивный праздник «Спортивная семья»	май	воспитатели
Работа с родителями			
1.	Рекомендации родителям в осенне-зимний период по одежде детей	сентябрь-декабрь	воспитатели

2.	«Режим в детском саду» (беседа)	сентябрь	воспитатели
3.	«Зачем заниматься утренней гимнастикой» (консультация)	октябрь	воспитатели
4.	«Закаливаем детей» (индивидуальные беседы)	ноябрь	воспитатели
5.	«Профилактика гриппа» (памятка)	декабрь	воспитатели
6.	«Первая помощь при обморожении» (консультация)	январь	воспитатели
7.	«Берегите зрение детей» (памятка)	февраль	воспитатели
8.	«Здоровый образ жизни семьи» (консультация)	март	воспитатели
9.	«Что делать, чтоб у ребенка были здоровые	апрель	воспитатели

	зубы?» (памятка)		
10.	«Особенности питания детей летом» (консультация)	май	воспитатели