



Утверждено:
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №42»
М.В. Алексеева
№ _____ от «25» _____ 2022г.

План

Физкультурно-оздоровительных мероприятий на 2022- 2023 учебный год

1) Организационные профилактические мероприятия	Выполнение инструкций по охране жизни и здоровью детей Учет гигиенических требований к материальному оборудованию детей в дошкольном возрасте в организованных формах обучения
2) Использование образовательных режимов дня в пребывании ребенка в ДОУ	Соблюдение адаптационного режима для вновь поступивших детей
3) Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортных условий в МБДОУ

I Оздоровительная и профилактическая работа

1) Медицинские профилактические мероприятия	
1. Медицинское сопровождение	Выполнение санитарно-противоэпидемического режима
	Анализ посещаемости в разных возрастных группах
	Проведение антропометрии с оценкой физического развития
	Обеспечение высоты детской мебели росту детей
	Определение группы здоровья
	Профилактические прививки (по графику). В том числе профилактика гриппа
	Профилактика простудных заболеваний (ОРВИ, ГРИППа).
	Кварцевание помещений по графику
	Проветривание помещений (по графику)
	Фитотерапия: фитонциды (лук, чеснок)
2. Диспансеризация	Систематические осмотры детей врачом-педиатром, начиная с поступления ребенка в МБДОУ
	Профилактический осмотр детей (1 раз в год) и поступающих в школу врачами-специалистами с полным лабораторным обследованием и заключением педиатра
	Диспансерное наблюдение хронически больных детей (детская поликлиника)
2) Организация рационального питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами
	Витаминизация пищи (добавление в пищу лука, чеснока, увеличение в рационе питания свежих овощей, фруктов, соков; С-витаминизация пищи)
3) Профилактика здоровья детей	
1. Организационные профилактические мероприятия	Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей
	Учет гигиенических требований к максимальной нагрузке детей дошкольного возраста в организованных формах обучения
2. Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Соблюдение адаптационного режима для вновь поступивших детей
3. Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортного климата в МБДОУ
	Создание у детей собственной побудительной

	мотивации в различных видах деятельности
	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми
	Развитие познавательной сферы
4.Работа с детьми по развитию основ гигиенических знаний и ЗОЖ	Воспитание у детей санитарно-гигиенических навыков
	Проведение работы по ОБЖ
5. Взаимодействие с родителями	Санитарно-просветительская работа с родителями (с учетом сезона)
	Оформление информационных уголков по проблеме оздоровления и физического развития детей
6.Создание условий	Организация физкультурных центров в группах
	Оснащение физкультурных центров
	Оптимизация двигательного режима
4)Медико-педагогический контроль	Мониторинг физического развития
	Контроль за физическим развитием и физической подготовленностью (наблюдения за организацией и проведением физкультурных занятий, прогулок и закаливающих мероприятий)
	Санитарно-педагогический контроль (температурный режим в группах, режим кварцевания, освещенности и проветривания)
II.Содействие совершенствованию физического воспитания	
1)Работа с детьми	
1.Регламентированная деятельность	Утренняя гимнастика
	Занятия по физическому развитию детей в помещении
	Занятия по физическому развитию детей на воздухе
	Музыкальная деятельность
	Гимнастика после сна
	Проведение индивидуальной работы с детьми по физическому развитию на прогулке
	Динамические паузы (физкультминутки) ежедневно
	Коррекционные дорожки
	Целевые прогулки
2.Частично регламентированная деятельность	Двигательная активность детей на прогулке
	Двигательная активность детей в утренние и вечерние часы
	Физкультурные досуги 1 раз в месяц (с мл. группы -3-4лет)
	Физкультурные праздники 2 раза в год (со средней группы)
	День здоровья 1 раз в квартал
	Элементы спортивных игр и спортивные упражнения (кольцеброс, бадминтон, баскетбол и тд.)

3.Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке
2) Взаимодействие с родителями и педагогами	Организация методической помощи педагогам по организации прогулок, физкультминуток, утренней гимнастики и др.
	Профилактическая просветительская работа с сотрудниками и родителями по вакцинации, в том числе по коронавирусной инфекции (COVID-19)
III. Комплексное закаливание	
1)Общеукрепляющие мероприятия	
1.Воздушные и солнечные процедуры	Проветривание помещений
	Воздушные ванны (ребёнок находится в облегченной одежде при комфортных значениях температуры)
	Сон при открытых окнах летом
	Прогулки
	Максимальное пребывание детей на свежем воздухе
2.Водные процедуры	Игры с водой
	Мытье ног перед сном в летний период
	Мытье рук и лица
	Полоскание рта кипяченой водой
3.Физическая активность	Утренняя гимнастика на улице летом
	Занятия физкультурой в помещении
	Занятия физкультурой на воздухе
	Гимнастика после сна
	Ходьба босиком в группе, в том числе по корригирующим и массажным дорожкам
	Ходьба босиком на улице (в летний период)
	Подвижные игры в помещении и на улице с повышенной двигательной активностью (бег, прыжки и т.д.)
	Спортивные игры и упражнения согласно сезона (катание на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, элементы хоккея, элементы баскетбола, бадминтон, элементы футбола и др.)

