

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детский сад «Теремок»
Киркина Т.В.
«26» августа 2022 г.



Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ детский сад «Теремок»

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

План оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1	Обеспечение здорового ритма жизни: - щадящий режим в адаптационный период. - режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	2 младшая группа Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно	Воспитатели
2	Двигательная активность			
2.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели,
2.2	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в группе - на улице	Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Воспитатели
2.3	Спортивные упражнения санки,	Все группы	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4	Спортивные игры	Все группы	ежедневно	Воспитатели,
2.5	Физкультурный досуг	Все группы	1 р. в месяц	Воспитатели
2.6	Физкультурные праздники	все группы	2 р. в год (зимой, летом)	Воспитатели, Музыкальный руководитель
3	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1	Витаминотерапия	Все группы	В течение года	Воспитатели
3.2	Профилактика гриппа - проветривание по графику, - обработка носовой полости оксолиновой мазью - фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В период сезонных обострений	Воспитатели
3.3	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)	Все группы	В зимний период	Воспитатели
3.4	Дыхательная гимнастика	Все группы	В течение дня	Воспитатели,
4	Закаливание			
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2	Ходьба босиком	Все группы	Лето	Воспитатели
4.3	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели
4.4	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

Модель двигательного режима по всем возрастным группам

	Младшая группа	Старшая группа
Подвижные игры во время приема детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 7-10 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 7-10 мин
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин
Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию (2 в группе, 1 на улице)	2 раза в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 20-25 мин.
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты; - аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.
Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения; - дыхательная гимнастика.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - зрительная гимнастика.	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.	

Во время летнего оздоровительного периода осуществляется организованная деятельность по экологическому и физическому развитию. Воспитателями проводятся спортивные игры, праздники, экскурсии, увеличивается продолжительность прогулок, осуществляется деятельность по художественно-эстетическому развитию детей: музыкальные праздники, развлечения на свежем воздухе, экскурсии, исследовательская и экспериментальная деятельность по интересам. Для интеллектуального досуга – викторины и КВН.