

РАССМОТРЕНО:

на заседании

Педагогического Совета

Протокол № 1

От «31» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

_____Павлов В.Г.

«31» августа 2022г.

***Физкультурно – оздоровительная работа в
разновозрастной дошкольной группе
общеразвивающей направленности
на 2022 – 2023 учебный год***

с. Ильинка

Цели и задачи физкультурно-оздоровительной работы

Цели:

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту;
- соблюдение санитарно-эпидемиологического режима;
- привлечение родителей к непосредственному участию в оздоровительном процессе.

Основные организационные, оздоровительные и профилактические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребенка

1. Организационные мероприятия

- Осмотр детей. Формирование группы. Оформление документации.
- Подготовка материальной базы.
- Работа с родителями.
- Оценка эффективности оздоровительной работы.

2. Оздоровительные и профилактические мероприятия

- Коррекция режима дня, питания.
- Противоэпидемические мероприятия.
- Проведение закаливания.
- Фитотерапия.
- Профилактика рецидивов у детей с хроническими заболеваниями.
- Реабилитация после острого заболевания и обострений хронических заболеваний.

План основных физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми

Мероприятия	Кратность
Занятия физкультурой	2 раза в неделю
Физкультурные занятия на воздухе	1 раз в неделю
Занятия: ОБЖ	1 раз в неделю
Совместная деятельность, беседы (индивидуальные, подгрупповые и фронтальные по ЗОЖ)	Ежедневно
Сюжетно-ролевая игровая деятельность с внесением элементов ЗОЖ	Ежедневно
Утренняя гимнастика	Ежедневно
Гимнастика после сна	Ежедневно
Динамические паузы, физкультминутки	Ежедневно на занятиях
Минутки здоровья	Ежедневно в течение дня
Отработка основных движений	Ежедневно перед обедом
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно на прогулке
Закаливающие процедуры: - Проветривание, - Облегченная одежда в группе, - Босоножье, - Хождение по массажным коврикам, - Полоскание ротовой полости, - Умывание лица, шеи, рук прохладной водой.	Ежедневно на прогулке, утром и вечером в группе
Спортивные игры	Ежедневно, согласно температурному режиму
Физкультурные досуги, развлечения	1 раз в неделю в старшей, подготовительной группе
День здоровья	1 раз в месяц
Физкультурные праздники	3 раза в год (летом, осенью и зимой)
Малые спартакиады	2 раза в год (летом и зимой)
Походы на природу	2 раза весной (в дошкольной группе)
Профессиональный осмотр врачами	Летний период
Снятие антропометрических данных	1 раз в год (весной)

Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Виды физкультурно-оздоровительной работы с детьми	Формы реализации	Контингент
1	2	3	4
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адаптационный период); - гибкий режим	вновь поступающие, все дети
2	Физические	- утренняя гимнастика;	

	упражнения	<ul style="list-style-type: none"> - физкультурно-оздоровительные занятия; - подвижные и динамичные игры; - профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, плоскостопие, зрение); - развитие мелкой моторики пальцев рук; - спортивные игры; - оздоровительный бег; - ежедневные пешие прогулки. 	все дети
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> - умывание; - мытьё рук; - игры с водой; - обеспечение чистоты среды; - полоскание полости рта после приема пищи 	все дети
4	Световоздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> - проветривание помещений (в том числе сквозное); - сон при открытых фрамугах (согласно температурного режима) 	все дети
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> - развлечения, праздники; - игры-забавы; - дни здоровья; - каникулы; - походы 	все дети, родители
6	Питание	<ul style="list-style-type: none"> - четырех разовое, рацион питания согласно нормам энергетической ценности по СанПин 	все дети
7	Музыкотерапия	<ul style="list-style-type: none"> - музсопровождение режимных моментов; - музоформление фона занятий; - музтеатральная деятельность; - хоровое пение (в том числе звуковое); - ритмические и танцевальные движения под музыку 	все дети
8	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> - умывание прохладной водой; - облегченная одежда в группе, - босоножье (согласно температурному режиму); - хождение по массажным коврикам; - обширное умывание (согласно температурному режиму); - дыхательная гимнастика 	все дети
9	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> - периодическая печать; - родительские уголки; - курс бесед, - специальные занятия (ОБЖ) 	Все дети, родители
10	Инвентарь	<ul style="list-style-type: none"> - спортивный инвентарь: мячи, обручи, 	все дети

	скакалки, кегли, мешочки для метания, гимна, палки, лестницы, доски, маты, дуги, бревна, лыжи, рукоход, яма для прыжков в длину, стойки для прыжков в высоту; - оздоровительный инвентарь: массажные коврики, стаканчики для полоскания полости рта, зеркала для логопедической работы	
--	---	--

Взаимодействие специалистов, родителей по обеспечению индивидуальной работы с воспитанниками

<i>Воспитатель</i>	<i>Музыкальный руководитель</i>	<i>Родители</i>
Автоматизация звуков	Постановка дыхания при пении	Выполнение рекомендаций всех специалистов
Развитие фонематического слуха	Развитие координации движения	Закрепление навыков и расширение знаний
Расширение словаря	Музыкотерапия	Соблюдение режима дня ДОУ и вне ДОУ
Развитие связной речи	Развитие общей и мелкой моторики	
Математическое развитие	Индивидуальная работа по музыкально-театрализованной деятельности	
Сказкотерапия		
Работа с одаренными детьми		
Коррекционные занятия		
Развитие ОВД		
Дыхательная гимнастика		
Развитие моторики в играх и упражнениях		

***Мероприятия, принимаемые по оздоровлению детей
дошкольная группа МКОУ «ЦО Акимо-Ильинский»***

<i>№ п/п</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>При профи лакти ке</i>	<i>При вспыш ке заболе ваний</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответствен ный</i>
1	Медицинские осмотры детей при поступлении в учреждение с целью	v		во время	Органы здравоохране

	выявления больных			болезни	ния
2	Утренний осмотр детей		v	ежедневно	Воспитатель
3	Систематическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников. Выявление заболевших детей, своевременную их изоляцию		v	ежедневно	Воспитатель
4	Информирование родителями воспитателей о состоянии здоровья детей		v	ежедневно	Воспитатель
5	Работа по организации профилактических осмотров воспитанников и проведение профилактических прививок	v		октябрь	Органы здравоохранения
6	Прием детей после болезни допускается в детский сад только при наличии медицинской справки	v	v	ежедневно	Воспитатель Медсестра
7	Систематический контроль за санитарным состоянием и содержанием территории и всех помещений, соблюдением правил личной гигиены воспитанниками и персоналом	v	v	ежедневно	Старший воспитатель
8	Организацию и проведение профилактических и санитарно-противоэпидемических мероприятий		v	при вспышке	Органы здравоохранения
9	Медицинский контроль за организацией физического воспитания (щадящий режим)	v	v	ежедневно	Органы здравоохранения
10	Контроль за рационом питания детей, витаминизация третьего блюда	v	v	ежедневно (осень-зима)	Воспитатель Старший воспитатель
11	Аромамедальоны (чесночные); Полоскание горла лекарственными травами	v	v	ежедневно (осень-зима)	Воспитатель Старший воспитатель
12	Проветривание помещений (в том числе сквозное)	v	v	ежедневно	Воспитатель
13	Закаливание: - умывание прохладной водой; - облегченная одежда в группах,	v		ежедневно	Воспитатель Старший

	<p>на занятиях физо, улице</p> <ul style="list-style-type: none">- босоножье (согласно температурному режиму);- хождение по ребристой доске и массажным коврикам;- игровой массаж;- обширное умывание (согласно температурному режиму);- дыхательная гимнастика				<p>воспитатель</p>
--	---	--	--	--	--------------------