«Принято» Педагогическим советом детского сада «Солнышко» филиал МБДОУ детский сад «Золотой петушок» Протокол №1 от «30» 08 2018 года	«Утверждаю» Заведующий МБДОУ детским садом «Золотой петушок» _____ Блошенко А.М. Приказ № 98 от «31» 08 2018 года

ПЛАН
физкультурно – оздоровительной работы
в детском саду «Солнышко» - филиал МБДОУ детский сад «Золотой петушок» комбинированного вида
на 2018 – 2019 уч.г.

Цель: укрепление здоровья воспитанников через систему физкультурно-оздоровительной работы, направленной на обеспечение физического и психофизического благополучия детей:

Задачи: введение в физкультурно-оздоровительную работу с детьми закаливающих мероприятий, направленных на тренировку защитных сил организма и повышения его устойчивости к воздействию факторов окружающей среды;
комплексного решения физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками, педагогами и семьей;
обеспечение условий для сохранения и укрепления физического, психофизического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими особенностями через:
формирование двигательных умений и навыков, развивающих физические качества (быстроту, ловкость, силу, выносливость);
воспитание потребности в здоровом образе жизни совместными усилиями детского сада и семьи через:
проведение родительских собраний;
консультации для родителей;
беседы;
участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе дошкольного учреждения.

Мероприятия	**Возрастные группы**	**Дата проведения**
1. Обследование уровня физ.развития, физической подготовленности.	Средняя – старшая группа	Сентябрь Май
ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ: 1. Дыхательная гимнастика. 2. Пальчиковая гимнастика. 3. Логоритмика.	Все группы	Сентябрь — Май
ЗАКАЛИВАНИЕ НА ФИЗЗАНЯТИЯХ. 1. Воздушные ванны. 2. Ходьба босиком.	Все группы	Сентябрь – Май
ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. 1. Утренняя гимнастика. 2. Подвижные игры на свежем воздухе, народные игры. 3. Спортивные упражнения. 4. Спортивные игры. 5. «Школа мяча». 6. Ритмическая гимнастика.	Все группы	Ежедневно 2 раза в неделю 2 раза в месяц 2 раза в год

7. День здоровья. 8. Неделя здоровья «Спортивный калейдоскоп»		
ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ: 1. Интегрированное физкультурное занятие: «Джунгли зовут» 2.Физкультурно-сенсорное занятие: «Веселый зоопарк». 3. Физкультурно-музыкальное — экологическое занятие: «Осень золото роняет». 4. Сюжетное занятие: «Волшебный лес».	Средняя группа Старшая группа	Октябрь Декабрь Январь Январь
СПОРТИВНЫЕ ДОСУГИ: 1. «Вот и лето прошло». 2. «Мы, туристы». 3. «Магазин игрушек». 4. «Спортландия». 5. «Ежиха с ежатами». 6. «Веселые ребята». 7. «Озорные снежинки». 8. «Выпал снег, первый снег». 9. «Снежный ком». 10.«Ах, вы, сани мои сани». 11. «Бравые солдаты». 12.«Взятие крепости». 13.«Искалочка». 14.«Раз мешочек, два мешочек». 15.«Подружились мы с мячом». 16.«Хоп, хоп»! 17.«Народные подвижные игры». 18.«И мы уже сегодня сильнее чем вчера».	Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая Младшая Старшая	Сентябрь Сентябрь Октябрь Октябрь Ноябрь Ноябрь Декабрь Декабрь Январь Январь Февраль Февраль Март Март Апрель Апрель Май Май
СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ: 1. «Королевство волшебных мячей». 2. «Лягушачья дискотека». 3. «Вот, оно, какое наше лето»!	Все группы	Январь
Родительские собрания: «Особенности физического развития детей дошкольного возраста» (результаты диагностики) «Что же могут сделать родители для приобщения детей к здоровому образу жизни?»	Все группы	Сентябрь Декабрь
СЕМЕЙНАЯ ВСТРЕЧА-	Все группы	Январь

ДИСКУССИЯ: «Родители, ответственные за воспитание и развитие своего ребенка, за сохранение его физического и психофизического здоровья».		
КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: 1. «Организация двигательной активности ребенка дома» 2.«Профилактика нарушений осанки и плоскостопия в домашних условиях». 3.«Формирование знаний детей я родителей о культуре здоровья».	Все группы	Ноябрь Октябрь Март
МЕРОПРИЯТИЯ С УЧАСТИЕМ РОДИТЕЛЕЙ: Проект оздоровительной направленности: «День Здоровья».	Все группы	Апрель
ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПЕДАГОГАМИ: — ведение тетрадей взаимосвязи с воспитателями; — разучивание народных подвижных игр в повседневной деятельности; — проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими затруднения в развитии двигательных умений; — по рекомендациям логопедов проводить логоритмические упражнения на занятиях с детьми логопатами; — использовать рекомендации педагога психолога для обеспечения эмоциональной сферы на занятиях физкультурой; — в контакте с социальным педагогом формировать желание детей быть здоровыми.	Все группы	Учебный год
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЧАС. «Условия, способствующие реализации потребности детей в движении».	Все группы	Декабрь
МЕДИКО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕЩАНИЕ: «Растим здоровых малышей»: — условия физкультурно-		Декабрь

оздоровительной работы в д.с. — проведение санитарно-оздоровительных мероприятий; — оздоровление дошкольников средствами физической культуры, витаминотерапии, фитотерапии, закаливающих мероприятий.		
ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ-КОНКУРС: «Игры по ознакомлению дошкольников с Россией и родным городом».	Все группы	Ноябрь
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ РИНГ: «Подвижные игры в жизни детей — их разнообразие и формы проведения».	Все группы	Декабрь
КОНСУЛЬТАЦИЙ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ: 1. «Подвижные народные игры» 2. «Формирование правильной осанки у дошкольников» 3. «Организация двигательного режима детей дошкольного возраста» 4. «Организация гимнастики после дневного сна»		Октябрь Декабрь Апрель Май

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

Профилактическое-
Обеспечение благоприятной адаптации;
Выполнение санитарно гигиенического режима;
Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
Проведение социальных санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.
Организационное –
Организация здоровьесберегающей среды ДОУ;
Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностик;
Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;

Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Лечебное

Дегельминтизация;
Витаминотерапия;
Оказание скорой помощи при неотложных состояниях

План основных физкультурно – оздоровительных мероприятий с детьми

№	Мероприятия	Кратность
1	Занятия физкультурой	2 раза в неделю
2	Физкультурные занятия на воздухе	1 раз в неделю
3	Совместная деятельность, беседы индивидуальные, подгрупповые и фронтальные: ЗОЖ	Ежедневно
4	Сюжетно-ролевая игровая деятельность с внесением элементов ЗОЖ	Ежедневно
5	Утренняя гимнастика	Ежедневно
6	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно
7	Динамические паузы, физкультминутки	Ежедневно на занятиях
8	Оздоровительный бег	Ежедневно на прогулке
9	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно
10	Закаливающие процедуры: Проветривание, Облегченная одежда в группах, Босохождение, Хождение по массажной дорожке, Полоскание ротовой полости Умывание лица, рук прохладной водой.	Ежедневно
11	Спортивные игры	Ежедневно, согласно температурному режиму
12	Физкультурные праздники	4 раза в год (осенью, зимой, весной, летом)
13	Профессиональный осмотр врачами	Весенний период
14	Снятие антропометрических данных	2 раза в год (осень, весна)

Техническое и кадровое обеспечение

1	Приобретение необходимого оборудования 1. медицинского 2.спортивного оборудования	Заведующий МБДОУ
2	Осуществление ремонта -пищеблока -коридоров -групп	Старший воспитатель
3	Оборудование помещений -музыкально - спортивного зала	Старший воспитатель
4	Пополнение среды нестандартными пособиями -массажерами деревянными для массажа БАД стоп -галечными дорожками -игольчатами ковриками -массажными рукавицами для сухого растирания	Воспитатели

Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение

1	Разработка системы работы по оздоровлению и осуществления контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей	Старший воспитатель медсестра
2	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательный процесс	Старший воспитатель
3	Поиск , изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления	специалисты ДОУ
4	Проведение упорядочения нагрузки и активного отдыха детей	Старший воспитатель
5	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей	Воспитатели
6	Проведение валеогизации всего учебно-воспитательного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, соблюдение длительности занятий и санитарно-гигиенических условий)	Старший воспитатель
7	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в ДОУ	Воспитатели
8	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, проведения семинаров, оказание консультативной помощи и т.д.)	Старший воспитатель Воспитатели Специалисты ДОУ
9	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей	Старший воспитатель

Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	-щадящий режим (адаптационный период) -гибкий режим -организация микроклимата и стиля жизни	Все группы
2	Физические упражнения	утренняя гимнастика физкультурно-оздоровительные занятия подвижные и динамичные игры профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, профилактика плоскостопия)	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	умывание мытье рук по локоть игры с водой и песком обеспечение чистоты среды	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	проветривание помещений сквозное сон при открытых фрамугах прогулки на свежем воздухе 2 раза в день обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы
5	Активный отдых	развлечения и праздники игры и забавы дни здоровья	Все группы
6	Диетотерапия	рациональное питание	Все группы
7	Свето и цветотерапия	обеспечение светового режима цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	Все группы
8	Музтерапия	музыкальное сопровождение режимных моментов музыкальное сопровождение занятий музыкальная и театрализованная	Все группы
9.	Аутотренинг и психогимнастика	игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы игры–тренинги на подавление отрицательных эмоций коррекция поведения психогимнастика	Младшая группа Старшая группа
10	Спецзакаливание	игровой массаж дыхательная гимнастика	Все группы
11	Стимулирующая терапия	Чесночные медальоны Витаминизация третьего блюда	Все группы
12	Пропаганда ЗОЖ	Организация консультаций, бесед, спец занятий	Все группы