



Утверждаю
Директор МОУ
«СОШ «Свердловский ЦО»
Т.В.Медведева

План физкультурно- оздоровительной работы

на 2024-2025 учебный год

Цель: Формирование у детей необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовленности, создание в ДО максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы с детьми и развития познавательного интереса воспитанников.

Достижение поставленных целей осуществляется посредством решения следующих задач:

- ✓ обеспечение снижения частоты случаев острой заболеваемости;
- ✓ совершенствование функций ведущих физиологических систем организма ребёнка;
- ✓ создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребёнка;
- ✓ улучшение физического развития детей;
- ✓ повышение устойчивости к утомлению, повышение работоспособности;
- ✓ формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности.

Ведущие линии реализации задач плана работы:

- ✓ Обеспечение здорового образа жизни, гарантии здоровья на основе современных педагогических и здоровьесберегающих технологий.
- ✓ Забота о социальном благополучии ребёнка.
- ✓ Охрана психического здоровья и всесторонне развитие ребёнка в деятельности.

Пути реализации:

- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий и методик в учебно-воспитательный процесс ДО;
- ✓ партнёрство с родителями на основе вариативного и конструктивного диалога.

Ожидаемые результаты:

у детей:

- ✓ оптимальное функционирование организма;
- ✓ повышение адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;
- ✓ сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек;
- ✓ осознание своей жизни в определённом социуме, защита, эмоциональный комфорт;

у педагогов:

- ✓ осознание необходимости создания таких условий для развития детей, которые помогут им, расти здоровыми и гармонично развитыми;
- ✓ сформированность культуры здоровья у педагогов

у родителей:

- ✓ необходимый запас знаний, которые помогут в вопросах - что, как, когда и почему надо делать с ребёнком, чтобы обеспечить его здоровье и полноценное развитие.

Структура плана:

- 1- создание условий для всестороннего развития детей;
- 2-организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
- 3-организационно-педагогическая и методическая работа с педагогами;
- 4-санитарно-просветительная.

1. Создание условий для всестороннего развития детей.

№	Направление работы	Условия	Ответственный
1. Санитарно-гигиенические условия			
1.	Переход на режим дня в соответствии с теплым и холодным периодом года	Прием детей на участках ДО, прогулка - 4-4,5 часа, сон – 2,5 - 3 часа, занятия на свежем воздухе в зимнее время -1 раз в неделю, летне - оздоровительный период- 3 раза в неделю	Воспитатели Зам.директора ДО
2.	Организация питьевого режима	Наличие чайника, охлажденной кипячёной воды	воспитатели, мл.воспитатели
3.	Организация закаливающих процедур	Наличие индивидуальных полотенец для рук, дорожка «Здоровья»	воспитатели, мл воспитатели
2. Условия для физического развития			
1.	Организация безопасных условий пребывания детей в ДО	Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках и в групповых помещениях.	Зам.директора по безопасности воспитатели
2.	Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни	Наличие дидактического материала для: работы по ОБЖ, обучения детей правилам дорожного движения, работы по ЗОЖ	Воспитатели Инструктор по ФИЗО
3.	Организация оптимального двигательного режима	Наличие физкультурного оборудования, проведение коррекционной и профилактической работы (коррекция зрения, осанки, плоскостопия и др.) Организация занятий физкультурно - оздоровительного цикла, спортивных праздников и развлечений.	Воспитатели Инструктор по ФИЗО
3. Условия для познавательного и экологического развития			

1.	Организация труда и наблюдений в природе	Наличие цветника, огорода, уголка природы в группах; оборудования и пособий (лопатки, лейки, грабли).	воспитатели
2.	Организация игр с песком и водой	Наличие исправных песочниц на участках, лейки для обработки песка, лопат	воспитатели

2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№	Содержание	Возрастная группа и время проведения	Ответственный
1. Организация двигательного режима			
1.	Прием и утренняя гимнастика (на воздухе)	Средняя, старшая, подготовительная (ежедневно, в течение года), Летом группа раннего возраста, младшая в зависимости от погоды	Воспитатели, инструктор по ФИЗО.
2.	Дыхательная гимнастика.	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)	воспитатели
3.	Занятия физкультурно-оздоровительного цикла	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (3 раза в неделю)	Воспитатели, инструктор по ФИЗО
4.	Оздоровительная ходьба на развитие выносливости	Средняя, старшая, подготовительная (ежедневно на прогулке)	воспитатели
5.	Дозированный бег для развития выносливости	Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям)	воспитатели
6.	Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.)	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально)	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
7.	Подвижные игры на прогулке	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)	воспитатели
8.	Физкультурные досуги и развлечения	Младшая, средняя, старшая, подготовительная	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО.
2. Закаливающие мероприятия			

1.	Воздушные ванны	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (в летнее время в теплую погоду на улице, в холодный период в помещении)	воспитатели
2.	Прогулки	Группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)	воспитатели
3.	Хождение босиком по песку и траве (по согласованию)	Средняя, старшая, подготовительная (летом ежедневно в тёплую погоду)	воспитатели
4.	Обширное умывание	Младшая, средняя, старшая, подготовительная	воспитатели
5.	Мытье ног	Младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно в летнее время)	воспитатели
3.Лечебно - оздоровительная работа			
1.	Согласно плану на год	Все группы	воспитатели

3. Организационно-педагогическая работа.

	Мероприятия	сроки	ответственный
	Проведение инструктажа по охране жизни и здоровья детей при организации режима дня, проведения мероприятий и при подготовке к летнему оздоровительному периоду	Сентябрь, март и май, 1 нед.	Зам. директора ДО Зам. директора по безопасности
	Смотр - конкурс на самый лучший участок и выносной материал, сделанный руками родителей и педагогов, лучший огородик.	Май	воспитатели
	Представить планы к работе в летний оздоровительный период.	До 15 мая,	Воспитатели
	Цикл физкультурно-познавательных занятий: «Расту здоровым», « Буду я чистюлей», «Береги себя»,	В течение года	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО, родители

Проведение проекта: «Олимпийская неделя здоровья»	февраль	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО, родители
Проведение «Дня здоровья»	осень, зима, весна, лето	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО, родители

4. Санитарно-просветительская работа.

4.1. Систематические осмотры территории с целью очистки их от ядовитых трав и грибов, от посторонних предметов (воспитатели групп, младшие воспитатели).

4.2. Консультация для педагогов «Безопасность детей - главная цель ДО и родителей».

Организация профилактики заболеваемости и оздоровления детей с ослабленным здоровьем

1. Организационные мероприятия по оздоровлению детей в ДО.
 - ✓ оценка эффективности оздоровительных мероприятий;
 - ✓ работа с родителями.
2. Профилактические мероприятия по оздоровлению детей в ДО.
 - ✓ строгое выполнение санитарно-гигиенического режима;
 - ✓ коррекция режима дня и питания;
 - ✓ закаливание в сочетании с дыхательной гимнастикой;
 - ✓ профилактика ОРЗ и гриппа;

План работы по профилактике простудных заболеваний в осенне-зимний период года

Профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний в осенне-зимний период:

- ✓ Поддержание чистоты
- ✓ Генеральная уборка групп, дезинфекция в период вспышки ОРВИ
- ✓ Проветривание спальни перед сном и проветривание групп
- ✓ Вакцинирование детей по возрасту противогриппозной сывороткой
- ✓ Дыхательная гимнастика: ежедневно

Виды оздоровительных мероприятий

- ✓ Утренняя гимнастика /ежедневно в течение года/
- ✓ Гимнастика после сна /ежедневно в течение года/
- ✓ Дыхательная гимнастика /ежедневно в течение года/
- ✓ Воздушные ванны /перед сном, после сна/
- ✓ Занятие Физкультурно - оздоровительного цикла / 3 раза в неделю/
- ✓ Проветривание группы /ежедневно по графику/
- ✓ Витаминизация: соки, фрукты, /ежедневно/
- ✓ Профилактические прививки
- ✓ Закаливание солнцем, водой /в летний период/

- ✓ Профилактика плоскостопия /ежедневно/
- ✓ Профилактика осанки детей /ежедневно/
- ✓ Физкультминутки /ежедневно/
- ✓ Подвижные игры /ежедневно/
- ✓ Прогулки /ежедневно /
- ✓ Проводить работу с родителем по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года

Условия

- ✓ мини спортивные уголки в группах оснащенные спортивным инвентарем;
- ✓ спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
- ✓ имеется музыкально-спортивный зал

Организация режима детей по сохранению и укреплению их здоровья.

- ✓ подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;
- ✓ оборудование физкультурного уголка;
- ✓ организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
- ✓ оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности.