

Система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ Большеболдинском детском саду «Солнышко»

| № | Направление мероприятия | Возрастная группа | График проведения |
|--|--|---------------------------|---|
| Система двигательной деятельности | | | |
| 1 | Утренняя гимнастика | Все | Ежедневно |
| 2 | НОД по физическому развитию | Все | 3 раза в неделю. 1 занятие в неделю на прогулке |
| 3 | Двигательная разминка во время перерыва между занятиями | Все | По необходимости |
| 4 | Физкультминутка | Все | Во время НОД |
| 5 | Игровые ситуации | | ОД в режимных моментах |
| 6 | Подвижные и спортивные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей | | Во время прогулок |
| 7 | Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка | | Время для самостоятельной деятельности |
| 8 | Физкультурный досуг | | 1 раз в месяц |
| 9 | Соревнования, эстафеты | Старшая, подготовительная | По плану |
| 10 | Спортивные праздники | Все | 3 раза в год |
| 11 | Музыкально-ритмические движения | | Во время НОД по музыкальному развитию, самостоятельной деятельности |
| 12 | Индивидуальная работа по развитию движений | | Ежедневно |
| 13 | Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: -Дни здоровья -Совместные спортивные праздники -Консультации, собрания, семинары -Участие в туристических походах, экскурсиях -Наглядная информация | | 1 раз в квартал по плану по плану по плану в течение года |
| Оздоровительная работа с детьми | | | |
| 14 | Закаливающие мероприятия: | | |

| | | | |
|-----------------------------|---|-----|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> -прием детей на улице -проветривание помещений -воздушные ванны -гимнастика после сна | | <p>Теплый период года</p> <p>По графику</p> <p>После сна</p> <p>После сна</p> |
| 15 | <p>Профилактические мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -дыхательная гимнастика -облучение помещений бактерицидными лампами -витаминизация 3-го блюда | | <p>Во время утренней гимнастики, НОД по физическому развитию</p> <p>Ежедневно по графику</p> <p>Ежедневно</p> |
| 16 | <p>Санпросвет работа:</p> <ul style="list-style-type: none"> -анкетирование -информационные бюллетени -консультации | | <p>Материал используется на месте или берется в группу для изучения.</p> |
| Коррекционная работа | | | |
| 17 | Корректирующие упражнения для профилактики плоскостопия | | НОД по физическому развитию |
| 18 | Упражнения по формированию правильной осанки | | НОД по физическому развитию |
| 19 | Маркировка мебели в соответствии с ростовыми данными детей и согласно ГОСТу, своевременная корректировка на основе антропометрии | | В течении года |
| Создание условий | | | |
| 20 | <p>Формирование основ гигиенической культуры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -наличие индивидуальных и общих туалетных принадлежностей; -обучение (объяснение, напоминание, поощрение и т.д.); -демонстрация различных схем, алгоритмов,, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий; -беседы о полезности, целесообразности и необходимости выполнения правил личной гигиены | Все | В соответствии с режимом, с учетом необходимости. |
| 21 | Соблюдение режима дня | Все | В соответствии с режимом |
| 22 | Создание условий (оборудование спортзала, центров двигательной активности в группах, спортивный инвентарь) | Все | В течение года |
| 23 | Консультирование педагогов по двигательной деятельности, оздоровлению | Все | В течение года |

| Организация рационального питания | | | |
|---|---|---------------------|------------------|
| 24 | Выполнение режима питания | | В течение года |
| 25 | Калорийность питания | | В течение года |
| 26 | Строгое выполнение натуральных норм питания | | В течение года |
| 27 | Введение фруктов во второй завтрак | | В течение года |
| 28 | Соблюдение питьевого режима | | В течение года |
| 29 | Индивидуальный подход к детям во время приема пищи | | В течение года |
| 30 | Формирование навыков питания | | |
| Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья. | | | |
| 31 | Определение уровня физической подготовленности детей | Дети с 4-х до 7 лет | Сентябрь, апрель |
| 32 | Углубленный осмотр специалистами | Дети 3-х, 5-7 лет | 1 раз в год |
| 33 | Оценка эффективности оздоровления, физического развития, выявление детей по группам здоровья. | Все | Декабрь |