

УТВЕРЖДЕН
приказом заведующего МДОУ
«Детский сад № 8«Радуга»
от 06.09.2024 г. № 68-од

**План физкультурно-оздоровительной работы
на 2024-2025 учебный год
в МДОУ « Детский сад № 8 « Радуга»**

Цели физкультурно-оздоровительной работы.

1. Сохранение и укрепление здоровья детей
2. Снижение риска возникновения осложнений после заболеваний.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы.

1. Продолжать создавать в группе условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка.
2. Продолжать сохранять и улучшать работу с семьей по физическому развитию детей.
3. Воспитывать у детей бережливое отношение к здоровью.
4. Развивать интерес и желание участвовать в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях
5. Побуждать детей самих осуществлять комплекс закаливающих процедур.

№ п\п	Содержание мероприятий	Периодичность	Ответственные
Организация двигательной активности			
1.	Утренняя гимнастика.	ежедневно	воспитатели
2.	Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре	2 раза в неделю, 1 раз на свежем воздухе	Воспитатели
3.	Прогулки с включением подвижных игр	ежедневно, 2 раза в день	воспитатели
4.	Гимнастика после дневного сна	ежедневно	воспитатели

5.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня.	ежедневно	воспитатели
6.	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности: – гимнастика для глаз; – пальчиковая гимнастика; – массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; – упражнения на релаксацию; – физкультминутки.	ежедневно	воспитатели
7.	Оздоровительный бег	ежедневно на прогулке	воспитатели
Профилактические мероприятия			
1.	– Ароматерапия – в группе дольки чеснока и лука в тарелочке; – Чесночные «киндеры»	ежедневно в период заболеваемости гриппа и ОРЗ	воспитатели
2.	Профилактические прививки	сезонные	Фельдшер ФАП
3.	Проветривание по графику	ежедневно	Воспитатели, помощник воспитателя

Закаливающие мероприятия

1.	Воздушные ванны	в течение года	воспитатели
2.	Прогулка на воздухе	2 раза в день	воспитатели
3.	Гимнастика после сна в постели	ежедневно	воспитатели
4.	Хождение по дорожкам нестандартного типа с целью закаливания и профилактики плоскостопия	ежедневно	воспитатели
5.	Мытье рук до локтей	ежедневно	воспитатели
6.	Игры с водой	май-август	воспитатели
7.	Хождение босиком по траве	май-август	воспитатели

Спортивные досуги

1.	«Летние забавы».	сентябрь	воспитатели
2.	«Праздник спорта».	октябрь	воспитатели
3.	«Мяч и я – лучшие друзья»	ноябрь	воспитатели
4.	«Спортивный новый год»	декабрь	воспитатели
5.	«Зимние игры»	январь	воспитатели

6.	«Защитники Родины»	февраль	воспитатели
7.	«Спортивные девчонки»	март	воспитатели
8.	«Мама, папа, я – здоровая семья»- спортивные соревнования к Всемирному дню здоровья	апрель	воспитатели
Работа с родителями			
1.	Рекомендации родителям в осенне-зимний период по одежде детей	сентябрь-декабрь	воспитатели
2.	«Режим в детском саду» (беседа)	сентябрь	воспитатели
3.	«Зачем заниматься утренней гимнастикой» (консультация)	октябрь	воспитатели
4.	«Закаливаем детей» (индивидуальные беседы)	ноябрь	воспитатели
5.	«Профилактика гриппа» (памятка)	декабрь	воспитатели

6.	«Первая помощь при обморожении» (консультация)	январь	воспитатели
7.	«Берегите зрение детей» (буклет)	февраль	воспитатели
8.	«Здоровый образ жизни семьи» (консультация)	март	воспитатели
9.	«Что делать, чтоб у ребенка были здоровые зубы?» (буклет)	апрель	воспитатели
10.	«Особенности питания детей летом» (консультация)	май	воспитатели