

Утверждено:  
Заведующий МКДОУ  
«Кузнецовский детский сад»  
О.Е. Изымбаева



## План физкультурно-оздоровительной работы на 2023-2024 учебный год в старшей разновозрастной группе

<b>№ п\п</b>	<b>Содержание мероприятий</b>	<b>Периодичность</b>	<b>Ответственные</b>
------------------	-----------------------------------	----------------------	----------------------

### 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 и народных 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; — дыхательная гимнастика; — массаж мячами для укрепления мелкой мускулатуры пальцев; — упражнения на релаксацию; — логоритмические упражнения;	ежедневно	воспитатели



— физкультминутки.

- |    |  |                         |                                 |
|----|--|-------------------------|---------------------------------|
| 7. | Оздоровительный бег  | ежедневно на прогулке   | воспитатели                     |
| 8. | Музыкотерапия: музыка перед сном, пробуждение, на занятиях, музыкальные коммуникативные игры | ежедневно в течение дня | воспитатели, музык.руководитель |

### **Профилактические мероприятия**

- |    |  |           |                            |
|----|--|-----------|----------------------------|
| 1. | Профилактические прививки                                      | сезонные  | мед.работник               |
| 2. | Облучатель-рециркулятор воздуха ультрафиолетовый бактерицидный | ежедневно | Мед.работник               |
| 3. | Проветривание по графику                                       | ежедневно | Воспитатели, мед. работник |

### **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. | Мытье рук до локтей            | ежедневно      | воспитатели |
| 5. | Игры с водой                   | май-август     | воспитатели |
| 6. | Хожжение босиком по траве      | май-август     | воспитатели |

### **Спортивные досуги**

- |    |                            |          |                               |
|----|----------------------------|----------|-------------------------------|
| 1. | «Вот и лето прошло».       | сентябрь | воспитатели, муз.руководитель |
| 2. | «Фестиваль подвижных игр». | октябрь  | воспитатели, муз.руководитель |



- |    |   |         |                                |
|----|---|---------|--------------------------------|
| 3. | «Подружились мы с мячом».   | ноябрь  | воспитатели, муз. руководитель |
| 4. | «Спортландия»   | декабрь | воспитатели,                   |
| 5. | «Зимние забавы».  | январь  | воспитатели, муз.руководитель  |
| 6. | «День Защитника Отечества».   | февраль | воспитатели, муз.руководитель  |
| 7. | «Веселые ребята».   | март    | воспитатели, муз.руководитель  |
| 8. | «Мама, папа, я – спортивная семья»- спортивные соревнования к Всемирному дню здоровья | апрель  | воспитатели, муз.руководитель  |
| 9. | «Бравые солдаты».   | май     | воспитатели, муз.руководитель  |

### **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, мед.сестра |
| 5. | «Профилактика гриппа» (памятка)                                | декабрь          | Воспитатели, мед.сестра |
| 6. | «Первая помощь при обморожении» (консультация)                 | январь           | Воспитатели, мед.сестра |



- |     |   |         |                          |
|-----|---|---------|--------------------------|
| 7.  | «Берегите зрение детей»<br>(буклет)                             | февраль | Воспитатели, мед. сестра |
| 8.  | «Здоровый образ жизни<br>семьи»<br>(консультация)               | март    | Воспитатели, мед. сестра |
| 9.  | «Что делать, чтоб у<br>ребенка были здоровые<br>зубы?» (буклет) | апрель  | Воспитатели, мед. сестра |
| 10. | «Особенности питания<br>детей летом»<br>(консультация)          | май     | Воспитатели, мед. сестра |



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 548923307783482480876436394463496321380627608325

Владелец Изымбаева Ольга Евгеньевна

Действителен с 13.07.2023 по 12.07.2024