

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Чажемтовский детский сад» Колпашевского района**

СОГЛАСОВАНО:  
протокол заседания педагогического  
совета  
от 30.08.2021 №1

УТВЕРЖДАЮ:  
И.О. заведующего МБДОУ  
«Чажемтовский детский сад»  
Т.В. Фишер

Приказ № 325 от 30.08.2021 г.



**План физкультурно-оздоровительной работы на 2021-2022 учебный год**

№	Мероприятие	Месяц	Участники	Ответственные
---	-------------	-------	-----------	---------------

**Профилактические оздоровительные мероприятия**

1.	Создание условий комфортного режима пребывания детей в ДОУ	В течение года	Все группы	Воспитатели
2.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	В течение года	Все группы	Воспитатели
3.	Образовательная деятельность по формированию у детей ценностей здорового образа жизни	В течение года	Все группы	Воспитатели
4.	Профилактические прививки (в соответствии с национальным календарем прививок)	В течение года	Все группы	Медсестра, воспитатели
5.	Аромапрофилактика (использование эфирных масел, чеснока, лука)	Октябрь-апрель	Все группы	Медсестра, воспитатели
6.	Кварцевание групп облучателем – рециркулятором бактерицидным	По графику, постоянно	Все группы	Медсестра, воспитатели
7.	Проветривание	По графику,	Все группы	Медсестра,

	групп	постоянно		воспитатели
8.	Массаж и самомассаж	Постоянно	Все группы	Воспитатели
9.	Дыхательная гимнастика в игровой форме	В течение года	Все группы	Воспитатели
10.	Гимнастика для глаз	В течение года	Все группы	Воспитатели
11.	Физминутки в течение образовательной деятельности	В течение года	Все группы	Воспитатели
12.	Использование приемов релаксации: музыкальные паузы, минутки тишины и т.д.	В течение года	Все группы	Воспитатели

### Закаливающие мероприятия

1.	Воздушные ванны в течение года (облегченная одежда, одежда соответствующая сезону)	Ежедневно	Все группы	Медсестра, воспитатели
2.	Прогулка в первую и вторую половину дня на свежем воздухе	Ежедневно	Все группы	Медсестра, воспитатели
3.	Полоскание рта водой после еды	Ежедневно	Старший дошкольный возраст	Медсестра, воспитатели
4.	Солнечные ванны	Июнь-август	Все группы	Воспитатели
5.	Водные процедуры (умывание лица, мытье рук до локтя, мытье ног)	Июнь-август	Все группы	Медсестра, воспитатели
6.	Дневной сон без маек	Июнь-август	Все группы	Воспитатели
7.	Гимнастика после сна	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
8.	Хожение босиком после сна, ходьба по массажным коврикам	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
9.	Игры с водой	Июнь-август	Все группы	Воспитатели, медсестра
10.	Хожение босиком по траве, песку, массажным	Июнь-август	Все группы	Медсестра, воспитатели

	дорожкам			
--	----------	--	--	--

### Физкультурно-оздоровительная деятельность

1.	Утренняя гимнастика (в теплую погоду на улице)	Ежедневно	Все группы	Инструктор по ФК, воспитатели
2.	Подвижные игры на свежем воздухе	Ежедневно	Все группы	Воспитатели, инструктор по ФК
3.	Образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю	Все группы	Инструктор по ФК, воспитатели
4.	Спортивные игры, посвященные 23 февраля	Февраль	Старший дошкольный возраст	Воспитатели, инструктор по ФК
5.	Игры посвященные Масленице	Март	Старший дошкольный возраст	Воспитатели, инструктор по ФК
6.	Зарница (спортивные игры)	Май	Все группы	Воспитатели, инструктор по ФК
7.	Обливание ног (закаливающие мероприятия)	Июнь-август	Старший дошкольный возраст	Инструктор по ФК
8.	Утренняя гимнастика на свежем воздухе	Июль-август	Все группы	Воспитатели, инструктор по ФК

### Информационно-просветительская деятельность

1.	«Физическая культура в детском саду», «Закаливающие мероприятия в детском саду и дома»	В течение года	Средние, старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК
----	--	----------------	--	------------------