

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «КУДРОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО
ВИДА № 1»

ПРИНЯТО:

на заседании Педагогического совета
МДОБУ «Кудровский ДСКВ №1»
Протокол № 1 от 28.08.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий
МДОБУ «Кудровский ДСКВ №1»
Е.С. Трукшина
Приказ № 52 от 28.08.2020 г.



**Система физкультурно-
оздоровительной работы
на 2020-2021 учебный год**

Ленинградская область
Всеволожский район
г. Кудрово
2020

**1. Система физкультурно-оздоровительной работы на 2020-2021 учебный год
в МДОБУ «Кудровский ДСКВ № 1»**

№	Раздела и направления	Содержание	Дата	ответственные
1	Психологически-позитивное сопровождение развитие ребенка	❖ Создание психологически комфортного климата в ДОУ ❖ Личностно-ориентированная модель взаимодействия взрослого и ребенка ❖ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Постоянно, в течении года	Воспитатели, инструктор по физ.культуре, муз. руководитель
2	Оздоровительное и профилактическое сопровождение	❖ Диагностика состояния здоровья ребенка ❖ Мониторинг физического развития ❖ Соблюдение зоны теплового комфорта ❖ Соблюдение режима проветривания и кварцевания	Сентябрь Сентябрь По мере необходимости По графику	Мед.сестра, воспитатели, инструктор по ФК
3	Система работы с детьми по формированию основ ЗОЖ	❖ Развитие представлений и навыков здорового образа жизни ❖ Формирование основ безопасности жизнедеятельности	Постоянно, в течении года	Воспитатели, инструктор по ФК
4	Совместная деятельность с детьми	❖ Физкультурное занятия ❖ Утренняя гимнастика ❖ Динамическая пауза ❖ Физкультминутки ❖ Бодрящая гимнастика после сна ❖ Физкультурный досуг ❖ Спортивные праздники ❖ Подвижные и оздоровительные игры в помещении и на улице	3 раз в неделю Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно 1 раз в месяц По плану Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ФК
5	Самостоятельная деятельность	Самостоятельная двигательная активность в помещении и на улице	ежедневно	Воспитатели
6	Закаливание	❖ Сон без маек ❖ Обширное умывание ❖ Солнечные ванны ❖ Воздушные ванны ❖ Мытье ног ❖ Игры с водой ❖ Соблюдение режима	Летом Ежедневно Ежедневно Ежедневно Летом Летом Постоянно	Воспитатели, инструктор по ФК

		теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физкультуре, во время прогулок.		
7	Гигиенические процедуры	❖ Соблюдение санитарно-гигиенических норм в группах ❖ Соблюдение санитарного состояния помещений, участков ❖ Профилактика травматизма у детей ❖ Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков ❖ Соблюдения режима дня	Постоянно, в течении года	Воспитатели, помощники
8	Санитарно-просветительная работа с родителями	❖ Проведение индивидуальных бесед с родителями при поступлении в ДОУ ❖ Своевременное информирование родителей об эпидемиях в городе, районе, области, карантинах в ДОУ, сроках проведения диспансеризации и т.д. ❖ Информирование о питании детей, о состоянии здоровья ребенка, об оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятиях.	Постоянно	Медсестра, воспитатели
9	Мероприятия по повышению квалификации персонала, санитарно-просветительная работа	Консультации: 1. Для воспитателей: «Первая медицинская помощь» 2. Для помощников: «Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима в групповых помещениях»	Февраль сентябрь	Медсестра Зам.зав. по АХЧ
10	Организация питания	❖ Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами ❖ Соблюдение питьевого режима	Постоянно	медсестра

2. Модель организации физкультурно-оздоровительной на 2020-2021 учебный год в МДОБУ «Кудровский ДСКВ № 1»

№	Проводимые мероприятия	Время в режиме дня. Место проведения Частота. Длительность.	Особенности методики проведения	Ответственный исполнитель
1	Длительное пребывание детей на свежем воздухе	Дневная и вечерняя прогулка проводится ежедневно в соответствии режимом каждой возрастной группы.	Осмотр участка перед каждой прогулкой. Обязательное наличие одежды по сезону. Обеспечение достаточной двигательной активности (60% от всей прогулки отводится на двигательную активность)	Воспитатели, помощники
2	Утренняя гимнастика	Проводится ежедневно: Младшие группы-6-7 минут Средние группы-7-8 минут Старшие/подготовительные группы-10-12 минут	Следует обеспечить приподнятое эмоциональное состояние. Форма проведения: Традиционная; Обыгрывание какого-либо сюжета; Использование подвижных игр с разным уровнем активности; Использование элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов	Воспитатели Муз. Руководитель, инструктор по ФК
3	Совместная деятельность по физической культуре	Проводится 3 раза в неделю (старший возраст одно занятие на улице) Длительность: Младшие группы-15 минут Средние группы-20 минут Старшие группы-25 минут Подготовительные группы-30 минут	Место проведения совместной деятельности по физкультуре оборудуется заранее. В жаркие солнечные дни уменьшается число повторения упражнений, снижается их интенсивность и длительность, заменяются основные виды движений (ходьба-бег). Выбор п/и в зависимости от погодных условий.	Инструктор по ФК
4	Совместная деятельность педагога с детьми по закреплению	Физкультурные досуг (1 раз в месяц) Спортивные праздники Индивидуальные работа на прогулке	В соответствии с методикой проведения Наличие картотеки. Можно использовать подвижные,	Инструктор по ФК воспитатели

	основных видов движений и развитию физических качеств и навыков	Младший возраст-10 минут Старший возраст-20 минут	хороводные игры и упражнения на воздухе Использование выносного оборудования и атрибутов.	
5	Подвижные игры	Проводятся ежедневно во время утренней и вечерней прогулок, а так же в режимных моментах.	Организуется с учетом разделения на подгруппы по уровню подвижности. Используются различные атрибуты. Обеспечивается приподнятое эмоциональное состояние. Используют на прогулках выносное оборудование и атрибуты. Младший возраст-4 игры в день; старший возраст-5 игр в день; Проводятся во вторую половину прогулки	Инструктор по ФК воспитатели
6	Игры с элементами спорта (старший возраст)	Проводятся еженедельно по плану	Виды спорта: бадминтон, городки, волейбол, футбол, баскетбол. Соревновательный элемент только со старшего возраста	Инструктор по ФК воспитатели
7	Сон без маек	В соответствии с режимом дня (на теплый период)	Температура в спальном комнате должна быть не ниже 16С Обеспечивается спокойная обстановка перед сном и во время сна. Детям «группы риска» увеличиваем длительность сна (укладываем первыми и подъем последним). Допустимо музыкальное релаксационное сопровождение на этапе укладывания и засыпания	воспитатели
8	Бодрящая гимнастика	Проводится сразу после сна, не вставая с кровати, либо с использованием «дорожки здоровья»	Гимнастические комплексы по профилактики плоскостопия, нарушения осанки, дыхательная гимнастики. Использования наглядности и малых	Воспитатели

			форм фольклора.	
9	Игры с водой	Проводятся при температуре воздуха в группе 22 и выше Время процедур-10 минут	Игры с водой проводятся в зоне экспериментирования. Необходимо иметь картотеку игр с водой, опытов и экспериментов.	воспитатели
10	Питьевой режим	Питьевой режим обеспечивается в течение всего дня, по желанию детей	Посуда для питья используется с маркировкой Питьевая вода должна быть кипяченой Кипяченая вода в чайнике/графине должна быть охлаждена. Смена воды осуществляется каждые три часа.	Воспитатели, помощники воспитателей

3. Организация взаимодействия с семьями воспитанников по физкультурно-оздоровительной работе (все возраста)

Сроки	Собрания, беседы, консультации	Наглядная пропаганда	ответственный
сентябрь	Выступление на родительском собрании: «Особенности физического развития детей»-все возрастные группы «Физиологические механизмы оздоровительного воздействия занятиями физкультурой»-все возрастные группы	«Общие гигиенические требования к одежде ребенка во время пребывания в ДОУ»	воспитатели
Октябрь	Консультации на тему: «Путь активизации двигательной активности детей с учетом их индивидуальных особенностей и состояния здоровья»	«Прогулка незаменимое средство в оздоровлении детей» «Признаки психомоторного неблагополучия во внешних проявлениях ребенка»	Инструктор по ФК, воспитатели, специалисты (психологи)
Ноябрь	Консультации на тему: «Растим ребенка здоровым»	«Надежная наша опора» (профилактика плоскостопия) «Безопасность на дорогах» (игры в которые можно играть с ребенком в автомобиле)	воспитатели
Декабрь	Консультация на тему: «Игра, как фактор движения детей и улучшения положительного эмоционального настроения» «Как с пользой провести каникулы»	«Игра, как фактор движения детей и улучшения положительного эмоционального настроения» «Зимние забавы должны быть безопасными» Советы родителям по обучению детей катанию на санках, ходьбе на лыжах	Воспитатели, психологи
Январь	Консультация на тему: «Профилактика ОРВИ, гриппа» «Вредные продукты»	«Профилактика ОРВИ, гриппа» «Вредные продукты»	Воспитатели, медсестра
Февраль	Беседа на тему: «Утомление-путь к заболеванию, Что делать?» Консультация на тему: «Ребенок и спорт, с какими секциями определится»	«Выходной день вместе с семьей - это здорово!» «Профилактика искривления позвоночника»	Воспитатели, медсестра
Март	Консультации на тему: «Содержание детско-родительских игр и парных упражнений с детьми младшего возраста»	«Игры с ветром», «Дышим правильно»	воспитатели

Апрель	Консультации на тему: «Режим двигательной активности»	«Игры с песком» «Игры с водой»	Воспитатели,
Май	Выступление на родительском собрании: Подведение итогов Рекомендации на лето Консультация на тему: «Закаляйся, как сталь»	«Детская площадка на даче» «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»	воспитатели

