

## Выписка из годового плана на 2023-2024 учебный год

### Физкультурно-оздоровительной работы в

### СП ГБОУ ООШ с. Заплавное

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

**Задачи:**

1.Создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, эмоционального благополучия, их физического развития в детском саду с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;

2.Формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовки.

3.Обеспечение активной позиции детей в процессе формирования здорового образа жизни.

5.Оптимизация работы с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей.

### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ДОУ**

**Профилактическое:**

- 1.Обеспечение благоприятной адаптации;
- 2.Выполнение санитарно гигиенического режима;
- 3.Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- 4.Проведение социальных санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

**Организационное:**

- 1.Организация здоровьесберегающей среды ДОУ;
- 2.Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностик;
- 3.Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;

4. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;

5. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

### **Ожидаемые результаты**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладения навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости.

### **Основные принципы работы:**

Проведение мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей.

Участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

Решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса всех видов деятельности.

Поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

Реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **Здоровьесберегающие технологии в ДОУ**

#### **Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

<b>Формы работы</b>	<b>Время проведения в режиме дня, возраст детей</b>	<b>Особенности методики проведения</b>	<b>Ответственные</b>
---------------------	---	--	----------------------

Остеопатическая гимнастика	После сна в постелях каждый день.	«Техническая» простота применения, взаимное дополнение методов при отсутствии дублирующего воздействия и взаимное усиление эффекта.	Воспитатели
Игровой час (бодрящая гимнастика)	После сна в группе каждый день.	Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений	Воспитатели
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 минут по мере утомляемости детей. Все возрастные группы.	Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз.	Воспитатели
Подвижные спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы.	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей.	Инструктор по ФИЗО, музруководитель, воспитатели.
Релаксация	Используются релаксационные приемы как компонент заключительной части занятий	Подбираются в соответствии с возрастом детей.	Инструктор по ФИЗО муз. руководитель, воспитатели

Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно.	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.	Воспитатели.
«Дорожки здоровья»	После сна ежедневно, вся группа, начиная с младшего возраста. На физкультурных занятиях.	Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки.	Воспитатели, инструктор по ФИЗО.

Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут в любое свободное время, в зависимости от зрительной нагрузки, начиная с младшей группы.	Использование наглядного материала, показ педагогам.	Воспитатели.
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно -эстетического цикла, при посещении музеев, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др.	Для всех возрастных групп осуществляется на занятиях по программе ДООУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса.	Воспитатели.

### **Технологии обучения здоровому образу жизни**

Физкультурные занятия	3 раза в неделю в группе, на улице, начиная с младшего дошкольного возраста.	Занятия проводятся в соответствии с программой.	Инструктор по ФИЗО, воспитатели.
Утренняя гимнастика	Ежедневно в группе. Все возрастные группы.	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей.	Воспитатели.
Физкультурные досуги, развлечения, спортивные праздники, дни здоровья	В школьном спортивном зале, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста.	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социальноэмоциональное развитие.	Инструктор по ФИЗО, музруководитель, воспитатели.
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом со старшего возраста.	Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.	Воспитатели.

Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста.	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др	Воспитатели.
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами, либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста.	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму.	Воспитатели, инструктор по ФИЗО.

### Коррекционные технологии

Технология музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы, на музыкальных занятиях в зависимости от поставленных целей во всех возрастных группах.	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр..	Музыкальный руководитель, воспитатели.
Сказкотерапия	Во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста.	Занятия используют для терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения	Воспитатели

Артикуляционная гимнастика	Проводится с детьми, начиная с трех лет, на прогулке, в группе, на занятиях.	Цель – фонематическая грамотная речь без движения.	Воспитатели.
Технология воздействия цвета	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач со среднего возраста.	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.	Воспитатели.

### Медико-профилактические технологии

Формы работы	Сроки проведения	Ответственные
Оформление «Уголков Здоровья»	1 раз в три месяца	Воспитатели , фельдшер ФАП
Подбор и маркировка мебели с учетом антропометрических измерений	сентябрь	Воспитатели
Контроль за адаптацией детей в группах раннего возраста	в течение года	воспитатели
Беседы с родителями вновь пришедших детей о знакомстве с условиями содержания детей.	в течение года	Фельдшер ФАП воспитатели
Проведение сезонной профилактики простудных заболеваний, гриппа (витаминация 3-х блюд), ароматерапия (чеснок, лук и т. п.)	в течение года	Фельдшер ФАП воспитатели

Разработка плана профилактических мероприятий по ОРЗ и гриппу.	сентябрь- октябрь	Фельдшер ФАП воспитатели
Контроль за сан.эпидемиологическим режимом, состоянием в ДОУ.	в течение года	Фельдшер ФАП воспитатели
Мониторинг заболеваемости детей и сотрудников ДОУ за год.	май	Фельдшер ФАП
Консультации для родителей в «Уголок Здоровья»	в течение года	Фельдшер ФАП воспитатели

**Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:**

1. Информационные стенды для родителей в группе, освещающие вопросы оздоровления.
2. Информационные стенды медсестры о медицинской, профилактической работе с детьми в ДОУ.
3. Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ.
4. Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

**Закаливающие мероприятия**

<b>Формы</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Ответственные</b>
Прием детей на свежем воздухе (в теплое время года)	Утренние часы	Воспитатели
Утренняя гимнастика на свежем воздухе (в теплое время года)	Утренние часы	Воспитатели

Воздушные ванны во время утренней гимнастики и физкультурных занятий в помещении	Утренние часы	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Облегченная одежда,	В течение года	Воспитатели

одежда по сезону (в группе и на прогулке, учитывая индивидуальное состояние детей)		инструктор по ФИЗО
Соблюдение режима проветривания	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Прогулки на свежем воздухе (максимальное пребывание)	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Сон с доступом свежего воздуха	В теплый период года	Воспитатели
Упражнения на дыхание	В течение года	Воспитатели
Дозированные солнечные ванны	В летний период	Воспитатели
Общее ультрафиолетовое облучение	В холодный период года	Воспитатели
Соблюдение температурного режима в группе течение дня	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Сон без маек	В летний период	Воспитатели
Умывание прохладной водой	В течение года	Воспитатели
Игры с водой	В течение года	Воспитатели
Гигиеническое мытье ног	В летний период	Воспитатели
Босохождение	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО

Контрастное босохождение (трава, песок, гравий)	В летний период	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Ходьба по «дорожкам здоровья»	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО
Консультации для родителей по закаливанию детей	В течение года	Воспитатели инструктор по ФИЗО

Директор ГБОУ ООШ с. Заплавное \_\_\_\_\_ Л.С. Гусева