

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная школа с.Солдатское Тербунского района Липецкой области*

***План  
физкультурно-оздоровительной  
работы  
в дошкольной группе  
МБОУ ОШ с.Солдатское***

**Разработала:  
ст.воспитатель  
Н.Н.Носова**

2022-2023г.

## **План оздоровительных мероприятий**

1. Две прогулки в течение дня. Воздушные ванны при переодевании – ежедневно.
2. Удовлетворять потребность детей в движении – ежедневно.
3. Расширять и углублять представления и знания детей о пользе занятий физическими упражнениями и играми – в течение года.
4. Увеличивать запасы двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и игр с элементами спорта – в течение года со старшими дошкольниками.
5. Расширять знания детей о многообразии физических и спортивных упражнений.
6. Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температурного режима в пределах +18 + 22\* С. – ежедневно.
7. Добиваться самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур.
8. Удовлетворять природную потребность детей в двигательной активности, которая является главным источником нормального роста, развития и функционирования детского организма – ежедневно.
9. В разных сферах детской деятельности (игровой, музыкальной, познавательной) использовать содержание, направленное на формирование привычки к здоровому образу жизни – в течение года.
10. Разнообразить меню детей свежими овощами, фруктами, соками – в течение года.
11. Бодрящая гимнастика после сна – ежедневно.
12. Босохождение – ежедневно.
13. Ежедневная утренняя гимнастика.
14. Физкультурные занятия – 3 раза в неделю.
15. Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности детей (физкультминутки) – ежедневно.
16. Физкультурные праздники и развлечения – 1 раз в месяц.
17. С-витаминизация 3-го блюда – ежедневно с ноября по май.
18. Фиточай с липой и шиповником – с ноября по апрель.
19. Подвижные игры ежедневно на прогулке и в свободное время.
20. Профилактическая работа с родителями по сезонам, выпуск санбюллетеня.
21. Родительское собрание, рассматривающее вопросы формирования ЗОЖ – 2 р. в год.
22. Консультации для воспитателей знакомящие с новыми методами оздоровления.
23. Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми, по развитию основных видов движений на прогулке – ежедневно.