**Утвержден на Педагогическом совете**

**ЧДОУ «Детский сад «РОСТ-ПЛЮС»**

**Протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Комплексный план физкультурно-оздоровительной работы**

**ЧДОУ «Детский сад «РОСТ-ПЛЮС»**

**на 2018-2019 учебный год**

**Цель:** создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у ребенка-дошкольника ценностей здорового образа жизни, положительного отношения к себе, создание оздоровительного микросоциума в ДОУ.

1. **Организация мероприятий с детьми по оптимизации двигательного режима.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание** | **Периодичность выполнения** | **Ответственные** | **Время** |
| *1.* | *Оптимизация режима* | | | |
| 1.1. | Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима | Ежедневно | Воспитатели, педиарт | В течение года |
| 1.2. | Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. | Ст.воспитатель, воспитатели, педиатр | В течение года |
| *2.* | *Организация двигательного режима* | | | |
| 2.1. | Физкультурные занятия | 3 раза в неделю | Воспитатели | В течение года |
| 2.2 | Утренняя гимнастика | Ежедневно | Воспитатели |
| 2.3 | Бодрящая гимнастика после дневного сна |
| 2.4 | Физкультурные минутки на занятиях и в свободной деятельности |
| 2.5 | Прогулки с включением подвижных игр и упражнений |  | Воспитатели |  |
| 2.6 | Музыкальные занятия (с включением музыкально-ритмических движений) | 2 раза в неделю | Музыкальные руководители, воспитатели |
| 2.7 | Спортивный досуг | 1 раз в месяц | Воспитатели, муз.руководители |
| 2.8 | Праздник здоровья | 1 раз в квартал |
| 2.9 | День здоровья | 1 раз в год |
| 2.10 | Пальчиковая гимнастика | 2-4 раза в день | Воспитатели |  |
| *3.* | *Охрана психического здоровья* | | | |
| 3.1. | Соблюдение режима дня | Ежедневно | Воспитатели, педиатр | Постоянно |
| 3.2. | Использование приемов релаксации: минутки тишины, музыкальные паузы | Ежедневно, несколько раз в день | Воспитатели | В течение года |
| 3.3. | Личностно-ориентированная модель взаимодействия с детьми | Ежедневно | Воспитатели | Постоянно |
| 3.4. | Контроль за психологическим климатом в группе | Еженедельно | Старший воспитатель | В течение года |
| *4.* | *Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка* | | | |
| 4.1. | Воздушные ванны (одежда, соответствующая сезону года) | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 4.2. | Прогулки на воздухе | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 4.3. | Полоскание зева кипяченой охлажденной водой | Ежедневно, после обеда | Воспитатели, мл.воспитатели | В течение года |
| 4.4. | Босохождение | Ежедневно, во время бодрящей гимнастики, на физкультурных занятиях | Воспитатели | В течение года |
| 4.5. | Облегченная одежда на физкультурных занятиях | 3 раза в неделю | Воспитатели | В течение года |
| *5.* | *Профилактическая оздоровительная работа* | | | |
| 5.1. | Дыхательная гимнастика в игровой форме | Ежедневно, после дневного сна | Воспитатели | В течение года |
| 5.2. | Ароматизация помещений (чесночные букеты) | Ежедневно | Мл.воспитатели  воспитатели | Октябрь-март |
| *6.* | *Профилактика плоскостопия, нарушения осанки* | | | |
| 6.1. | Включение упражнений данного вида в утреннюю гимнастику, физ.занятия, физ.минутки, бодрящую гимнастику после сна | Ежедневно | Воспитатели | В течение года |
| 6.2. | Ходьба по массажным дорожкам | Ежедневно после сна | Воспитатели | В течение года |

1. **Организационные и методические мероприятия с коллективом ЧДОУ.**

**Годовая задача:** Продолжить работу по формированию пространства здоровьесбережения в ЧДОУ в условиях реализации ФГОС дошкольного образования.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Ответственные** | **Сроки** |
|  | *Организационные мероприятия* | | |
| 1.1 | Участие в общих и групповых собраниях с родителями по вопросам профилактики заболеваний | Директор, воспитатели | В теч.года |
| 1.2 | Консультации для воспитателей и младших воспитателей | Директор, врачи-специалисты | 1 раз в квартал |
| 1.3 | Проведение инструктажа по санитарным правилам с работниками ЧДОУ | Директор | 2 раза в год |
| 1.4 | Проведение вводного инструктажа с вновь поступившими работниками | Директор | По мере поступления |
|  | *Методические мероприятия с педагогами* | | |
| 2.1 | Открытые мероприятия: Просмотр режимных моментов и непрерывной образовательной деятельности | Воспитатели, директор | В теч.года |
| 2.2 | Смотры-конкурсы:  Смотр-конкурс центров физкультурно-оздоровительного развития детей в помещениях ЧДОУ | Директор, воспитатели | Декабрь-апрель |
| 2.3 | Выставка «Дидактические игры и картотеки дидактических игр по воспитанию у детей здорового образа жизни». | Директор, воспитатели | октябрь |
|  | *Контроль выполнения мероприятий физкультурно-оздоровительного направления* | | |
| 3.1 | Ежемесячный анализ заболеваемости по группам | Директор | 1 раз в месяц |
| 3.2 | Организация приема детей в ЧДОУ. Контроль над утренним приемом. | Директор, воспитатели | Ежедневно |
| 3.3 | Утверждение карт рассаживания детей | Директор, воспитатели | 1 раз в год (сентябрь) |
| 3.4 | Контроль за выполнением режимных моментов: прием пищи, утренние гимнастики, прогулки, отдых, игры, занятия, соблюдение двигательного режима. | Директор | Постоянно |
| 3.5 | Контроль над исполнением санитарно-эпидимиологического режима в ЧДОУ | Директор | Постоянно |
| 3.6 | Контроль за своевременным прохождением медосмотров сотрудниками ЧДОУ | Директор | 2 раза в год (сентябрь, май) |

1. **Взаимодействие с семьями детей.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Ответственный** | **Сроки** |
| **1** | **Родительские собрания,** посвященные адаптации детей к детскому саду | Директор, воспитатели | 1 раз в начале учебного года |
| **2** | **Индивидуальные беседы**, консультации с родителями вновь поступивших детей. | Директор, воспитатели | В теч. года |
| **3** | **Групповые родительские собрания,** затрагивающие вопросы формирования здоровья | Воспитатели | 2 раза в год |
| **4** | **Информирование и просвещение:**  - Стендовая тематическая информация в группах | Воспитатели | В течение года |
| **5** | **Совместные праздники и развлечения.** | Воспитатели | В течение года |
| **6** | **Оформление стендов для родителей, папок-передвижек в группах** «Предупреждение простудных заболеваний». | Воспитатели | В течение года |