

Утверждаю:
 Руководитель СПДС «Иволга»
 Л. А. Гриднева
 «29» августа 2023 г.

Перспективный план физкультурно-оздоровительной работы СПДС «Иволга» на 2023 – 2024 учебный год

	Формы работы с детьми	Периодичность	Группы	Ответственный
I. Создание условий для двигательной активности и соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации двигательного пространства				
1	Гибкий режим дня (соответствие режима дня возрасту и сезону)	Ежедневно	Все группы	Воспитатели, пом.воспит., специалисты
2	Соблюдение гигиенических требований ко всем формам взаимодействия (соблюдение длительности ООД, прогулок согласно возрасту детей)	Ежедневно	Все группы	Воспитатели, специалисты
3	Состояние одежды и обуви дошкольников по сезону	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
4	Создание комфортного психологического климата в группах	Ежедневно	Все группы	Сотрудники
5	Индивидуальный режим пробуждения после дневного сна	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
6	Организация развивающей предметно-пространственной среды	Ежедневно	Все группы	Руководитель СПДС, завхоз, старший воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатели
II. Система питания и организация рационального питания				
1	Система рационального питания:			
	Выполнение режима питания	Ежедневно	Все группы	Стар. м/с, воспитатели, пом.воспит.
	Калорийность питания, ежедневное соблюдение норм потребления продуктов	Ежедневно	Все группы	Руководитель СПДС, стар.м/с
	Гигиена приёма пищи	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
	Индивидуальный подход к детям во время приёма пищи	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
	Правильность расстановки мебели	2 раза в год	Все группы	Стар. м/с, воспитатели
2	Организация рационального питания:			
	Организация второго завтрака (соки, фрукты)	Ежедневно	Все группы	Руководитель СПДС, стар.м/с
	Введение овощей и фруктов	Регулярно	Все группы	Руководитель СПДС, стар.м/с
	Строгое выполнение натуральных норм питания	Ежедневно	Все группы	Руководитель СПДС, стар.м/с
	Замена продуктов для детей аллергиков	Ежедневно	Все группы	Стар.м/с
	Соблюдение питьевого режима	Ежедневно	Все группы	воспитатели, пом.воспит.
III. Система профилактически — оздоровительных мероприятий				
1	Профилактические мероприятия			
	Дыхательная гимнастика в игровой форме	2 раза в день: на гимнастике,	Все группы	В течение всего периода

		после сна		
	Фитотерапия (чай шиповника)	Регулярно	Все группы	В течение всего периода
2	Закаливающие мероприятия			
	Воздушные ванны (облегчённая одежда, одежда, соответствующая сезону года)	Постоянно	Все группы	Воспитатели, контроль стар.м/с
	Прогулки на воздухе	Ежедневно	Все группы	Воспитатели
	Игры с водой	На прогулке в летний период	Все группы	Воспитатели
	Полоскание зева кипячёной водой	После приёма пищи	Со II младшей группы	Воспитатели, пом. воспитателя
3	Система психологической поддержки			
	Аутотренинг и психогимнастика: -игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; -игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций;	Ежедневно 1 раз в неделю	С I младшей группы Со средней группы	Воспитатели, педагог-психолог
	Использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, релаксационные игры.	Ежедневно	Все группы	Воспитатели, специалисты
IV. Система двигательной деятельности				
1. Физкультурно-оздоровительные:				
	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Все группы	Инструктор по физической культуре воспитатели, специалисты
	Гигиеническая гимнастика после сна	Ежедневно	Со II младшей группы	
	Логоритмическая гимнастика	1 раз в месяц	II мл., средняя.	
	Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Все группы	
	Физ. минутки	Ежедневно во время ООД	Все группы	
	Двигательная разминка между занятиями	Ежедневно	Все группы	
	Релаксационные упражнения	Ежедневно	Со II младшей группы	
2. Виды организованной образовательной деятельности по физической культуре				
	традиционные	4 раза в месяц	Со II младшей группы	Инструктор по физической культуре
	сюжетные	1 раз в месяц	Со II младшей группы	
	тематические	1 раз в месяц	Со II младшей группы	
	с включением коррекционных упражнений	1 раз в месяц	Со II младшей группы	
	творческие двигательные композиции	1 раз в месяц	старшая, подготовительная	
	игра-импровизация	1 раз в месяц	II мл., средняя	
3. Физкультурно-массовые				
	Спортивный праздник	2 раза в год (зима, лето)	подготовительная, старшая.	Инструктор по физической культуре
	Летняя спартакиада внутри СПДС	Летом	подготовительная, старшая.	
	Спортивные развлечения	1 раз в месяц	Со II младшей группы	
	Каникулы	2 раза в год (зима, лето)	Со II младшей группы	Сотрудники СПДС
4	Совместные с родителями	2 раза в год	подготовительная, старшая.	Инструктор по физической культуре, воспитатели
5	Индивидуальная работа	Ежедневно, в утренние и вечерние часы	Все группы	
6	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно	Все группы	