

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 19»**

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ

«Детский сад № 19»

\_\_\_\_\_ / А.Е. Морозова

«31» августа 2021 г.



**ПЛАН  
обеспечение здоровья и здорового образа жизни.**

Физкультурно - оздоровительная работа в МДОУ «Детский сад №19» ведётся в системе: прогулки на воздухе, физкультурные занятия на воздухе; босохождение, организуются физкультурно – оздоровительные мероприятия: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физические упражнения и подвижные игры, корригирующая гимнастика. Работа по формированию представлений и навыков здорового образа жизни реализуется через все виды деятельности детей в детском саду. Данная работа также включает в себя взаимодействие с семьей, привлечение родителей к закреплению навыков здорового образа жизни. Совместно с родителями организуются спортивные праздники, досуги. Для организации воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию и профилактических и противоэпидемических мероприятий по борьбе с гриппом и ОРВИ разработан план:

*Таблица №4*

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	Физкультурные занятия		3 раза в неделю, в соответствии с сеткой занятий
2	Физкультурный досуг	«Физкульт – Ура!» «Ловкие, сильные, смелые!» «Спорт – ты жизнь!» «Спортивный калейдоскоп»	Ноябрь Февраль Апрель Июль
3	Физкультурный праздник	«Если спортом занимаешься, то здоровья набираешься!» Весёлые старты совместно с ЦТ Г.А. Карчевского	Январь
4	Утренняя гимнастика		Ежедневно
5	Обследование физического развития		2 раза в год

6	День здоровья	«Ребята-дошколята»	Март
7	Дополнительные меры	«Термометрия»; «Проведение дезинфекции»; «Обеспечение оптимального теплового режима в группе» «Проветривание» и т.д.	Ежедневно.
8	Дополнительные меры	«Прекращение массовых культурных и спортивных мероприятий»; «Исключение перевода детей из группы в группу»; «Соблюдение масочного режима»; «Раннее выявление больных ГРИПП, ОРВИ» и т.д.	В период эпид. сезона.

На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе педагоги освещают вопросы оздоровления детей. Двигательная активность является важным компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического воспитания детей, от уровня их двигательной подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей, телосложения и функциональных возможностей растущего организма.

Двигательная активность – это естественная потребность детей дошкольного возраста, поэтому в нашем МДОУ создаются все необходимые условия для самостоятельной двигательной активности детей – это и наличие спортивного оборудования, инвентаря, дидактического материала, учитываются принципы построения предметно - развивающей среды.

Воспитателями проводятся разнообразные виды физкультурных занятий (сюжетные, тренировочные, игровые), утренняя гимнастика - цель которых, развитие интереса к физической культуре и здоровому образу жизни. В этом учебном году в образовательном процессе с детьми так же используется ритмическая гимнастика под музыку.

Педагоги ДОУ закрепляют у детей приобретенные ранее знания и навыки, умение наблюдать, сравнивать и анализировать движения, приступили к целенаправленному развитию физических качеств (скоростных, скоростно-силовых, силы и гибкости).

В ДОУ созданы условия для физического и психического комфорта ребенка, осуществляется профилактика различных заболеваний. Воспитателями постоянно поддерживается потребность в спонтанной двигательной активности детей. Проводятся традиционные и нетрадиционные виды занятий с двигательными минутками, динамическими паузами, физкультминутками, более интенсивной двигательной деятельности перед занятиями умственного характера.

Во всех возрастных группах организованы физкультурные уголки, проводятся консультации для родителей.