

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад с приоритетным осуществлением деятельности по познавательному развитию детей № 1»

ПРИНЯТО:
на Общем собрании работников
МБДОУ № 1
Протокол № 1 от 01.09.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 1
И.Н. Хмелева Приказ
№ 71 от 01.09 2023 г.



ПЛАН
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

1. Актуальность:

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. Дошкольный возраст наиболее ответственный период в жизни каждого человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильно физического развития. Происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Известно, что здоровье определяется многочисленными внутренними и внешними факторами. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние организма, при котором отсутствие заболеваний сочетается с физическим, психическим и социальным благополучием человека.

В настоящее время Правительство Российской Федерации уделяет большое внимание вопросам охраны и укрепления здоровья детей, так как только здоровый ребенок способен к полному раскрытию всех своих потенциальных возможностей и природных задатков.

Многочисленные наблюдения врачей, психологов убедительно показали, что нарушения в здоровье имеют уже 35% детей дошкольного возраста. Это дает основание считать вопросы охраны и укрепления здоровья детей приоритетным направлением работы нашего дошкольного учреждения.

В связи с этим деятельность нашего дошкольного учреждения по сохранению и укреплению здоровья содержит 7 направлений:

1. Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание педагогического охранительного режима жизнедеятельности детей;
2. Организация питания детей;
3. Обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в ДОУ;
4. Организация профилактической работы;
5. Организация физкультурно-оздоровительной работы.
6. Создание предметно-развивающей, материально-технической среды пребывания ребенка в ДОУ;
7. Формирование у детей осознанного, преобразовательного отношения к своему здоровью.

ЗАДАЧИ:

1. Укрепить здоровье воспитанников, через систему физкультурно-оздоровительной работы, направленной на обеспечение физического и психофизического благополучия детей;
2. Проводить закалывающие мероприятия с детьми, направленные на тренировку защитных сил организма и повышения его устойчивости к воздействию факторов окружающей среды;
3. Решать комплексно физкультурно-оздоровительные задачи в контакте с медицинскими работниками, педагогами и семьей.
4. Обеспечить условия для сохранения и укрепления физического, психофизического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими особенностями через формирование двигательных умений и навыков, развивающих физические качества (быстроту, ловкость, силу, выносливость);
5. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни совместными усилиями детского сада и семьи.

4. Ожидаемые результаты:

положительная динамика:

- уровня заболеваемости воспитанников;
 - навыков здорового образа жизни;
- положительная динамика физического развития:
- основных физических качеств;
 - основных двигательных умений и навыков;
 - самостоятельности в двигательной активности.

4. Объекты:

- дети дошкольного образовательного учреждения;
- семьи детей, посещающих образовательное учреждение;
- педагогический коллектив образовательного учреждения.

5. Механизм реализации:

Основным механизмом реализации системы является ежегодное утверждение планов и выполнение программных мероприятий.

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Медико-социальная поддержка			
Договор об организации мероприятий для охраны здоровья обучающихся (воспитанников), проводимых медицинским персоналом в дошкольной образовательной организации от 09.01.2023г.			
Лицензия №ЛО-66-01-004079 от 02.06.2016			
Комплекс мероприятий, направленных на снижение адаптационного стресса			
1.	Работа с воспитателями	Май (ежегодно)	Педагог-психолог
1.1.	Проведение семинара-практикума «Готовимся принять детей в детский сад»		Старший воспитатель
Работа с родителями			
1.2.	Для обсуждения графика поступления ребенка в детский сад-индивидуальное собеседование с родителями.	Июнь-август	Заведующий
1.2.1.	Кратковременное посещение ребенком и мамы детского сада (группового участка, групповых помещений).	Июнь-август	Старший воспитатель
1.2.2.	Постепенный прием детей в группу.	По графику	Заведующий
1.2.3.	Анкетирование родителей.	Во время приема детей	Педагог-психолог
1.2.4.			

		Во время приема детей	Специалисты
1.2.5.	Индивидуальные консультации для родителей.		
1.3.	Основной режим дня	В течение года	Педагоги
1.3.1.	Щадящий режим /адаптационный период/		
1.3.2.	Соблюдение питьевого режима		
1.3.3.			
1.4.			
1.4.1.	Психолого-медико-педагогический контроль.	В течение адаптации	Педагог-психолог, Старший воспитатель
1.4.2.	Оформление назначений в листах адаптации.	В течение адаптации	Педагог-психолог, медсестра
1.4.3.	Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима.	В соответствии с циклограммой контроля	Заведующий, Старший воспитатель, медсестра
1.4.4.	Проведение гигиенических и закалывающих мероприятий.		
1.4.5.	Соблюдение режима дня в соответствии с сезоном.		
1.4.6.	Организация и проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий в зале и на воздухе.		
1.4.7.	Соблюдение режима двигательной активности.		
1.4.8.	Организация работы платных и бесплатных образовательных кружков и секций физкультурно-оздоровительной направленности.		
1.4.9.	Соответствие мебели антропометрическим показаниям детей.		
1.4.10.	Интеграция образовательной области «Физическое развитие в режиме дня.		
1.4.11.	Утренний фильтр		
1.5.			
1.5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей	2 раза в год сентябрь, май	Медсестра
1.5.2.	Мониторинг физического развития	2 раза в год сентябрь, май	Инструктора по физическому воспитанию, медсестра, воспитатели
6.			
6.1.	Профилактические осмотры детей декретированных возрастных групп специалистами (ЛОР, хирург, окулист, невропатолог) с последующим заключением педиатра.	Апрель-май	Врачи детской поликлиники
7.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка		
7.1.	Разные виды гимнастик	Ежедневно	Инструктора по физическому воспитанию, воспитатели
7.2.	Физминутки	Ежедневно	Воспитатели
7.3.	Динамические паузы	Ежедневно	Воспитатели
7.4.	Физкультурные занятия	Ежедневно	Инструктора по физическому воспитанию, воспитатели

1.7.5.	Физкультурные занятия на воздухе	1 раз в неделю	Инструктора по физическому воспитанию Воспитатели
1.7.6.	Подвижные игры на воздухе и в помещении	Ежедневно	Инструктора по физическому воспитанию, воспитатели
1.7.7.	Спортивные игры и упражнения на воздухе	Ежедневно	Инструктора по физическому воспитанию, воспитатели
1.7.8.	Спортивные праздники	3 раза в год	Инструктора по физическому воспитанию
1.7.9.	Спортивные досуги	1 раз в месяц	Инструктора по физическому воспитанию
1.7.10.	День здоровья	1 раз в квартал	Старший воспитатель специалисты, воспитатели
1.8.	Самостоятельная деятельность		
1.8.1.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Ежедневно	Воспитатели
1.9.	Интеграция образовательных областей «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное»		
1.9.1.	Развитие представлений навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья. Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности. Формирование основ безопасности жизнедеятельности.	Ежедневно	Воспитатели Педагоги-специалисты
1.10.	Профилактические и общеукрепляющие мероприятия		
1.10.1.	Вакцинопрофилактика с согласия родителей (законных представителей)	В течение года	Врач-педиатр, медсестра
1.10.2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний	В неблагоприятные периоды (весной, осенью, в период эпидемий)	Воспитатели, медсестра
1.10.3.	Занятия на: - фитболах; - степ-платформах	По плану	Инструктора по физической культуре
1.10.4.	Разные виды гимнастик	Постоянно	Воспитатели
1.10.5.	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки	Постоянно	Инструктора по физической культуре

		По плану	культуре
1.10.6.	Песочная терапия	По плану	Педагог-психолог
1.10.7.	С-витаминация пищи	В течение года	Медсестра
1.10.8.	Кварцевание групп	В период карантина и эпидемий по 10 минут в отсутствие детей	Медсестра
1.10.9.	Режим сквозного и одностороннего проветривания	В течение дня	Воспитатели
1.10.10	Утренний фильтр (измерение температуры у детей и взрослых)	Ежедневно	Медсестра, воспитатели
1.10.11.	Музыкалотерапия: - музыкальное сопровождение режимных моментов; - музыкальная и театрализованная деятельность	В течение дня	Музыкальный руководитель Воспитатели
1.10.12.	Аутотренинг: - игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; - игры- тренинги на снятие неврологических состояний; - минутка вхождения в день	В течение дня	Педагог-психолог Воспитатели
1.11.		Мероприятия, проводимые в период эпидемиологического подъема ОРВИ, грипп	
1.11.1.	Комплексе карантинных мероприятий	В период эпидемиологического подъема	Медсестра
1.11.2.	Проведение экстренной профилактики среди дошкольников		
1.12.		Профилактические мероприятия в условиях COVID 19	
1.12.1	Организовать ежедневный мониторинг по ситуации, связанной с коронавирусом в рамках информационного поля организации, организовать ежедневный сбор информации о случаях заболеваний новым коронавирусом среди сотрудников сада и принимаемых мерах по недопущению распространения инфекции.	В период эпидемиологического подъема	Медсестра Старший воспитатель
1.12.2	Закрепить за каждой группой групповое помещение, организовав пребывание воспитанников ДОУ в строго закрепленном за каждой группой помещении. Исключить общение воспитанников из разных групп во время проведения занятий и при проведении прогулок	В период эпидемиологического подъема	Педагоги
1.13	Исключить проведение массовых мероприятий.	В период эпидемиологического подъема	Старший воспитатель

1.12.4	<p>Организовать ежедневную уборку помещений дезинфицирующими средствами, уделить особое внимание дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и стульев, оргтехники), мест общественного пользования (с кратностью обработки каждые 2 часа), групповые помещения, раздевалки, кабинеты специалистов, умывальные и туалетные комнаты, спальни, спортивный и музыкальный залы, и другие служебные помещения</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Медсестра Младшие воспитатели Уборщик служебных помещений</p>
1.12.5	<p>Во избежание скопления большого количества людей составить график посещения музыкальных и спортивных залов с 10 мин. перерывом и влажной уборкой после каждого посещения.</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Старший воспитатель Уборщик служебных помещений Кухонный рабочий</p>
1.12.6	<p>Максимально сократить количество проводимых семинаров, совещаний, выездных совещаний, иных деловых и массовых мероприятий, работу различных групп и комиссий перевести в дистанционном режиме (аудио-, видео-формат).</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Заведующий</p>
1.12.7	<p>Временно ограничить личный прием граждан. Пришедшим на личный прием, рекомендовать обращаться с предварительной записью в соответствии с эпидемиологической ситуацией. Разместить данную информацию на стендах, на официальном сайте.</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Заведующий</p>
1.12.8	<p>Обеспечить после каждого занятия проведение в отсутствие воспитанников сквозного проветривания по 15-20 минут помещений и групповых помещений в отсутствие детей.</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Младший воспитатель</p>
1.12.9	<p>Организовать работу персонала пищеблоков с использованием средств индивидуальной защиты (маски и перчатки).</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Медсестра Повар</p>
1.12.10	<p>Кратно увеличить влажную уборку пищеблока с применением дезинфектантов.</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Кухонный рабочий</p>
1.12.11	<p>Усилить контроль за организацией питьевого режима, обратив особое внимание на обеспеченность посудой и проведением обработки чайников.</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Медсестра</p>
1.12.12	<p>Обеспечить измерение температуры сотрудников, обслуживающего персонала при входе в детский сад (при температуре 37,1 и выше работник отстраняется от работы и отправляется домой до вызова врача)</p>	<p>В период эпидемиологического подъема</p>	<p>Медсестра</p>

1.12.13	Обеспечить проведение утреннего фильтра детей с обязательным измерением температуры при входе и в течение дня и с записью в журнале утреннего фильтра воспитанников. Исключить скопление детей и родителей при проведении утреннего фильтра. При проведении утреннего фильтра использовать маски.	В период эпидемиологического подъема	Медсестра Педагоги
1.12.14	Обеспечить при входе обработку рук сотрудников кожными антисептиками.	В период эпидемиологического подъема	Заведующий хозяйством
1.12.15	На стендах разместить памятки по мерам профилактики распространения вируса.	В период эпидемиологического подъема	Медсестра Педагоги
1.12.16	Обеспечить информирование об режиме посещения, способах получения информации по интересующим вопросам без посещения посредством размещения информации на сайте ДОУ и на информационно - просветительском стенде.	В период эпидемиологического подъема	Педагоги
1.12.17	Усилить педагогическую работу по гигиеническому воспитанию обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей). Обеспечить контроль за соблюдением правил личной гигиены обучающимися и сотрудниками.	В период эпидемиологического подъема	Заведующий хозяйством
1.12.18	Оперативно, по мере необходимости и возможности, проводить закупку средств профилактики: бесконтактные измерители температуры, индивидуальные дезинфицирующие средства, диспенсеры с дезинфицирующими средствами, маски, оборудование для обеззараживания и очистки воздуха.	В период эпидемиологического подъема	Заведующий хозяйством
1.13.	Закаливание воздушное		
1.13.1	Облегченная одежда детей	В течение года	Воспитатели
1.13.2	Сон с доступом свежего воздуха	В теплое время года	Воспитатели
1.13.3	Воздушные ванны в сочетании с дорожками «Здоровья»	В течение года	Воспитатели
1.14.	Закаливание водное		
1.14.1.	Мытье рук, лица прохладной водой	Постоянно	Воспитатели
1.14.2.	Игры с водой	Постоянно	Воспитатели
1.15.	Мероприятия для создания благоприятных санитарно-гигиенических условий воспитания и обучения		
1.15.1.	Соблюдение воздушно-теплого, светового режима	Постоянно	Завхоз, медсестра, воспитатели
1.16.	Реализация системы организации питания		
1.16.1.	Организация питания по примерному 10-дневному меню на теплый и холодный период года	Постоянно	Медсестра
1.16.2.	Контроль за поступлением продуктов питания	Постоянно	Медсестра, кладовщик

1.16.3.	Обеспечение хранения продуктов на складе в соответствии санитарно-гигиеническим требованиям	Постоянно	Кладовщик
1.16.4.	Заседание Совета по питанию	1 раз в квартал	Заведующий
1.16.5.	Организация питания детей в группах (режим, гигиена питания, эстетика). Индивидуальное питание для детей аллергиков	Постоянно	Заведующий, Старший воспитатель, медсестра, воспитатели
1.17.	Психологическое сопровождение развития ребенка		
1.17.1.	Создание психологически комфортного климата в МБДОУ.	Постоянно	Воспитатели
1.17.2.	Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности педагогов	Постоянно	Педагоги-специалисты
1.17.3.	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми.	В период адаптации	
1.17.4.	Психолого-медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период.	По запросам	
1.17.5.	Медико-психологические консультации для родителей	2 раза в год	Педагог-психолог
1.17.6.	Мониторинг по согласию родителей		
1.18.	Работа с родителями		
1.18.1.	Консультации специалистов	В течение года	Специалисты, воспитатели
1.18.2.	Физкультурные праздники	2 раза в год	
1.18.3.	Контактная педагогика	По плану	
1.18.4.	Родительские собрания	2 раза в год	
1.18.5.	Практические занятия	По плану	
1.18.6.	Анкетирование	В течение года	
1.18.7.	Наглядно-педагогическая пропаганда	В течение года	
1.19.	Работа с воспитателями		
1.19.1.	Методическое обеспечение образовательного процесса	В течение года	Старший воспитатель
1.19.2.	Педагогический совет	По плану	Заведующий ДОУ, Старший воспитатель
1.19.3.	Практикумы	1 раз в месяц	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре
1.19.4.	Открытые мероприятия	По плану	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре

1.19.5.	Консультации	По плану	Старший воспитатель, инструктор физического воспитания
1.19.6.	Тренинги	По плану	Педагог-психолог
1.19.7.	Подготовка и проведение интегрированных занятий	По плану	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре воспитатели групп
1.19.8.	Семинары	По плану	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре