

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 5

УТВЕРЖДАЮ
заведующий: И.В. Смирнова



План
физкультурно–оздоровительной работы
на 2022 – 2023 уч. год


Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование ЗОЖ.

Задачи:

1. Способствовать укреплению здоровья детей средствами физической культуры.
2. Содействовать развитию физических качеств.
3. Формировать интерес к занятиям физической культурой.
4. Приобщать детей к ЗОЖ.
5. Способствовать выработке потребности у детей в занятиях физическими упражнениями и играх.
6. Повышать активность и общую работоспособность.

№ п/п	Содержание мероприятий	Периодичность	Ответственные
1	Диагностика уровня физического развития	Сентябрь, май	Инструктор по физической культуре, медсестра
2	Диагностика физической подготовленности	Сентябрь, май	Инструктор по физической культуре
3	Утренняя гимнастика (с включением элементов дыхательной, коррегирующей гимнастики и самомассажа)	Ежедневно	Инструктор по физической культуре и воспитатель
4	Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель
5	Подвижные игры и игровые упражнения на прогулке	Ежедневно	Воспитатель
6	Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
7	Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю	Инструктор по физической культуре
8	Физкультурный досуг: - Веселые старты; - Погремушки – звонкие игрушки; - Зимние забавы; - Путешествие на волшебный остров; - Будем в армии служить; - ГТО – спортивный квест; - Мой веселый звонкий мяч.	1 раз в месяц Сентябрь Октябрь Декабрь Март Февраль Апрель Май	Инструктор по физической культуре
9	Спортивный праздник: «Вот и лето прошло». «День снеговика». День здоровья. «Быть здоровыми хотим». «Богатырские потешки». «Ах! и Ох!» – всемирный день здоровья. «Вода, вода.... Кругом вода».	2 раза в год Сентябрь Февраль Ежеквартально Октябрь Январь Апрель Июль	Инструктор по физической культуре

10	<p>Работа с воспитателями: Консультация «Все об утренней гимнастике».</p> <p>Открытые занятия по физической культуре.</p> <p>Консультация «Секреты подвижной игры».</p> <p>Индивидуальные беседы.</p>	<p>Сентябрь – октябрь</p> <p>Ежеквартально</p> <p>Март</p> <p>Постоянно</p>	<p>Инструктор по физической культуре и воспитатель</p>
11	<p>Работа с родителями:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анкетирование родителей «Какое место занимает физкультура в вашей семье?»; - совместные дни здоровья и физкультурные праздники; - освещение вопросов физического воспитания; - индивидуальные беседы и консультации. 	<p>Ноябрь</p> <p>По плану</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
12	<p>Формирование основ валеологических знаний (сотрудничество с семьей)</p>	<p>Постоянно</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
13	<p>Летний оздоровительный период (по отдельному плану)</p>		

Инструктор по физкультуре:  - Е.М. Елисеева