



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №6 «Колосок» с. Ходынино»

Рассмотрено и принято  
на заседании  
педагогического совета  
МБДОУ «Детский сад №6 «Колосок»  
Протокол № 1 от «29» 08. 2023 г.

Утверждаю:  
заведующий  
МБДОУ «Детский сад №6 «Колосок»  
с. Ходынино» Д.Е. Акимушкина  
Приказ №29 от «29» 08. 2023 г.



**Годовой план**  
**оздоровительных мероприятий**  
**Муниципального бюджетного дошкольного**  
**образовательного учреждения**  
**«Детский сад №6 «Колосок» с. Ходынино»**

2023-2024 учебный год

**Цель:** Оздоровление и развитие детей, создание условий, обеспечивающих их физический и психологический комфорт.

**Задачи оздоровительной работы:**

1. Укреплять здоровье воспитанников.
2. Удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка.
3. Повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания.
4. Четко выполнять и прививать детям культурно-гигиенические навыки, гигиенические требования к одежде детей, дневной сон при открытых окнах, обливание стоп, выполнение режима дня.
5. Формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями.

№ п/п	Мероприятия	Периодичность		Ответственный
<b>1. Организационные мероприятия</b>				
1.	Изучение нормативных документов федерального, регионального, муниципального уровня по вопросам охраны и укрепления здоровья	по мере поступления		заведующий
2.	Размещение информации по здоровьесбережению на сайте Учреждения, в содержании общеобразовательной программы, плане работы на год.	август-сентябрь (корректировка 1 раз в месяц)		Ответственный за ведение сайта
3.	Проведение планового и внепланового инструктажа по охране жизни и здоровья детей	Август, январь /по мере необходимости		заведующий
4.	Включение вопросов охраны и укрепления здоровья детей в содержание оперативных совещаний с работниками учреждения	ежемесячно		заведующий
5.	Комплектование групп в соответствии с требованиями СанПиН	август		заведующий
<b>2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия</b>				
№ п/п	Формы организации	Возрастная группа	периодичность	ответственный
1.	Утренняя гимнастика	Младшая группа	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели групп
		Средняя группа	Ежедневно 6-8 мин.	
		Старшая группа	Ежедневно 8-10 мин.	
		Подготовительная к школе группа	Ежедневно 8-10 мин.	
2.	Организованная деятельность – физическая культура	Младшая группа	15 мин. Три раза в неделю одно занятие на улице	Воспитатели групп
		Средняя группа	20 мин. Три раза в неделю одно занятие на улице	

		Старшая группа	25 мин. Три раза в неделю одно занятие на улице	
		Подготовительная к школе группа	30 мин. Три раза в неделю одно занятие на улице	
3.	Физ.минутки	Младшая группа	1-2 мин. Ежедневно во время образовательной деятельности	Воспитатели
		Средняя группа	2-3 мин. Ежедневно во время образовательной деятельности	
		Старшая группа	3-4 мин. Ежедневно во время образовательной деятельности	
		Подготовительная к школе группа	3-4 мин. Ежедневно во время образовательной деятельности	
4.	Подвижные игры	Младшая группа	7-10 мин. 2-4 раза в день	Воспитатели
		Средняя группа	10-15 мин. 2-4 раза в день	
		Старшая группа	15-20 мин. 2-4 раза в день	
		Подготовительная к школе группа	15-20 мин. 2-4 раза в день	
5.	Спортивные игры	Младшая группа	-	Воспитатели
		Средняя группа	-	
		Старшая группа	15-20 мин. Целенаправленное обучение педагогом не реже одного раза в неделю	
		Подготовительная к школе группа	15-20 мин. Целенаправленное обучение	

			педагогом не реже одного раза в неделю	
6.	Спортивные упражнения:	Младшая группа	Катание на санках Велосипедах. 10 мин. Целенаправленное обучение педагогом не реже одного раза в неделю	Воспитатели
		Средняя группа	Катание на санках Велосипедах. 15 мин.. Целенаправленное обучение педагогом не реже одного раза в неделю	
		Старшая группа	Катание на санках Велосипедах.. 15-20 мин.. Целенаправленное обучение педагогом не реже одного раза в неделю	
		Подготовительная к школе группа	Катание на санках Велосипедах.. 15-20 мин.. Целенаправленное обучение педагогом не реже одного раза в неделю	
7.	Физкультурные упражнения на прогулке	Младшая группа	-	Воспитатели
		Средняя группа	10-12 мин. Ежедневно подгруппами и индивидуально	
		Старшая группа	10-15 мин. Ежедневно подгруппами и индивидуально	
		Подготовительная к школе группа	10-15 мин. Ежедневно подгруппами и	

			индивидуально	
8.	Упражнения после дневного сна	Младшая группа	4-5 мин. Ежедневно	Воспитатели
		Средняя группа	5-10 мин. Ежедневно	
		Старшая группа	5-10 мин. Ежедневно	
		Подготовительная к школе группа	5-10 мин. Ежедневно	
9.	Самостоятельная двигательная деятельность	Младшая группа	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей	Воспитатели
		Средняя группа		
		Старшая группа		
		Подготовительная к школе группа		
10.	Спортивные развлечения	Младшая группа	1 раз в месяц 15 мин.	Воспитатели Музыкальный руководитель
		Средняя группа	1 раз в месяц 20 мин.	
		Старшая группа	1 раз в месяц 25-30 мин.	
		Подготовительная к школе группа	1 раз в месяц. 30-35 мин.	
11.	Спортивные праздники	Младшая группа	-	Воспитатели Музыкальный руководитель
		Средняя группа	2 раза в год 30 мин.	
		Старшая группа	2 раза в год 40 мин.	
		Подготовительная к школе группа	2 раза в год 45 мин.	
12	Оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности	Младшая группа	- гимнастика для глаз; - пальчиковая	Воспитатели
		Средняя группа		
		Старшая группа		

		Подготовительная к школе группа	гимнастика; - дыхательная гимнастика; - физминутки Ежедневно	
<b>3. Организация питания.</b>				
№ п\п	мероприятия		периодичность	ответственный
1.	Фрукты или фруктовый сок		ежедневно, преобладание овощных блюд в рационе дня	Завхоз
2.	Использовать в рационе питания детей кисломолочную продукцию		Согласно меню и карт раскладок	Завхоз
3.	Использовать в питании детей подверженных аллергии, гипоаллергенную диету (исключить из питания салаты из чистой свеклы, красные яблоки, шоколад, ограничить цитрусовые).		индивидуально	Завхоз, повар, воспитатели
4.	Введение в рацион овощные салаты, овощи, чесночно-луковые закуски.		Ноябрь-апрель	Завхоз, повар, воспитатели
5.	Витаминизация третьих блюд		Ноябрь-апрель	Завхоз, повар, воспитатели

