

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад общеразвивающего вида «Северяночка»

УТВЕРЖДЕН
приказом МБДОУ
«ДСОВ «Северяночка»
№ 181-ОД от 26.08.2022г.

План физкультурно-оздоровительной работы на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Содержание	Группа	Периодичность выполнения	Ответственный	Сроки
1.	Оптимизация режима				
1.1.	Утренний фильтр	Все возрастные группы	Ежедневно	Медсестра	В течение года
1.2.	Организация жизни детей в адаптационный период	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели медсестра	В течение года
1.3.	Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели медсестра Заместитель заведующего по ВМР	В течение года
2.	Организация двигательного режима				
2.1.	ОД по физической культуре	Все возрастные группы	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
2.2.	Гимнастика после дневного сна	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.3.	Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.4.	Музыкально-ритмические движения	Все возрастные группы	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель, воспитатели	В течение года
2.5.	Физкультурный досуг	Все возрастные группы	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
2.6.	Физкультурный	Средняя,	2 раза в год	Инструктор по	2 раза в

	праздник	старшая, компенсирующая, подготовительная к школе		физической культуре, воспитатели	год
2.7.	Гимнастика для глаз	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.8.	Пальчиковая гимнастика	Все возрастные группы	3-4 раза в день	Воспитатели	В течение года
2.9.	Дыхательная гимнастика	Все возрастные группы	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
2.10.	Оздоровительный бег	Средняя, старшая, компенсирующая, подготовительная к школе	Ежедневно во время прогулок	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года
2.11.	Неделя здоровья	Все возрастные группы	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, медсестра, воспитатели	Ноябрь Апрель
3.	Лечебно-оздоровительная работа				
3.1.	Лечебное полоскание горла				
3.1.1.	Полоскание горла минеральной водой	Все возрастные группы	После обеда и в период повышенной заболеваемости и реабилитации	Медсестра, воспитатели	В течение года
3.2.	Витаминотерапия				
3.2.1.	«С» витаминизация 3-го блюда	Все возрастные группы	Ежедневно	Медсестра	В течение года
3.4.	Работа с детьми, имеющими нарушение осанки, плоскостопие				
3.4.1.	Корригирующая гимнастика	Все возрастные группы	После дневного сна	Инструктор по физической культуре, воспитатели	В течение года