 **Цель:**    Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной  к осознанному саморазвитию.

**Задачи:**

* содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
* развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
* создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;
* развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;
* способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

**Программа направлена на:**

* реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
* соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
* усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**План физкультурных досугов и развлечений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Развлечение | Группа |
| Сентябрь | «Здравствуй, детский сад!» | Старшие |
| Младшие, средняя |
| Октябрь | Открытие детской Спартакиады «Спорт нужен всем, кто дружен» | Старшие |
| День здоровья «В гостях у Спортика!» | Младшие, средняя |
| Ноябрь | Спортивно-развлекательный досуг «Путешествие в страну правил дорожного движения» | Старшие |
| Музыкально - спортивное развлечение «Дружат люди всей земли» | Младшие, средняя |
| Декабрь | Физкультурный досуг «Зимние забавы» | Младшие, средняя |
| Музыкально – спортивный праздник «Праздник Здоровья» | Старшие |
| Январь | Физкультурный досуг «Рождественские забавы» | Младшие, средняя |
| Старшие |
| День здоровья «Зимние забавы» | Старшие |
| Февраль | Веселые старты  «Со спортом дружить — весело жить» - | Младшие, средняя |
| Музыкально – спортивный праздник  «День Защитника!» | Старшие |
| Март | Досуг «Спортивные подарки для Белоснежки» | Младшие, средняя |
| Физкультурный досуг по ОБЖ «Береги себя» | Старшие |
| Апрель | Досуг «Приключение кикиморы» | Младшие, средняя |
| День здоровья «Малые олимпийские игры!» | Старшие |
| Май | «На весенней полянке!» | Старшие |
| Весёлые старты!» | Младшие, средняя |

**План консультаций**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема консультации | Месяц |
| *Консультации для родителей* | | |
| 1 | **Консультация «Гигиена одежды и обуви для занятий по физической культуре»** | Сентябрь |
| 2 | **Консультация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»** | Октябрь |
| 3 | **Консультация «**Гимнастика и зарядка дома». | Ноябрь |
| 4 | **Консультация «Уголок здоровья дома».** | Декабрь |
| 5 | **Памятка «Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия». Анкета «Как вы относитесь к своему здоровью»** | Январь |
| 6 | **Консультация «Что делать, если ребенок часто болеет?».** | Февраль |
| 7 | **Консультация «Расти здоровым, малыш!»** | Март |
| 8 | **Информация для родителей «Какие пищевые продукты помогают стать закаленными?».** | Апрель |
| 9 | **Консультация «Переутомление у детей».** | Май |
| 10 | **Консультация «Босиком за здоровьем».** | Июнь |
| 11 | **Консультация «**Каким видом спорта можно заниматься летом». | Июль |
| 12 | **Консультация «**Активность ребенка – залог здоровья». | Август |
| *Консультации для воспитателей* | | |
| 1 | [Травмоопасные упражнения](https://ds127.edusev.ru/uploads/1000/797/section/340919/fizo/KONSULTACIYa_DLYa_PEDAGOGOV_Travmoopasnye_uprazhneniya.docx?1476189497002) | Сентябрь |
| 2 | Виды утренней гимнастики и возможности её использования | Октябрь |
| 3 | Роль воспитателя в процессе непосредственно образовательной деятельности по физической культуре | Ноябрь |
| 4 | Физическое развитие, как основная форма воспитания двигательной культуры дошкольников | Декабрь |
| 5 | Значение дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста | Январь |
| 6 | Инновационные подходы к физкультурно- оздоровительной работе ДОУ | Февраль |
| 7 | О правильной осанке | Март |
| 8 | Подвижные игры для детей на свежем воздухе | Апрель |
| 9 | Тропа здоровья на участке детского сада | Май |
| 10 | Закаливание детей дошкольного возраста в летний период времени | Июнь |
| 11 | Общие принципы организации двигательной деятельности детей на прогулке | Июль |
| 12 | Моделирование двигательной активности старших дошкольников в летний период | Август |