

ПРИНЯТ
на педагогическом совете № 1
от «31» 08. 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ «Детский сад
комбинированного вида №2 «Радуга»
Л.К. Арсентьева

ГODOVOЙ ПЛАН РАБОТЫ
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
на 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Инструктор по ФК
Трондина Т.Н.

г.Чистополь, 2022 год






ГODOVOЙ ПЛАН РАБОТЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Инструктор по физической культуре Трондина Татьяна Николаевна

Образование – высшее

Первая квалификационная категория

Годовой план включает:

-  Взаимодействие с медицинским персоналом
-  Работу с педагогами.
-  Работу с детьми.
-  Работу с семьей (родители, законные представители).
-  Оснащение физкультурно-оздоровительной среды.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки здорового образа жизни.

Задача для работы с педагогами:

1. Развитие профессиональных способностей педагогов в образовательном процессе направленных на формирование у дошкольников навыков здорового образа жизни, путем внедрения технологий оздоровительного бега

Задачи для работы с детьми:

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Формирование у дошкольников навыков здорового образа жизни, путем внедрения технологий оздоровительного бега.
3. Развитие двигательного творчества, формирование у воспитанников культуры движений.

Задача для работы с семьей:

1. Взаимодействие ДОО и семьи по формированию осознанного отношения к своему здоровью у детей и активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка. Воспитывать здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.

Прогнозируемый результат работы с педагогами:

1. Применение в практической деятельности технологий здоровьесберегающей направленности.
2. Интеграция образовательных областей по задачам физкультурно-оздоровительной работы.
3. Профессиональный рост педагогов, развитие их творческих способностей.

Прогнозируемый результат работы с детьми:

1. Соответствие двигательной активности возрастным нормативам; отсутствие признаков сильного и выраженного утомления.
2. Проявление интереса у детей в направлении сохранения и укрепления своего здоровья с использованием технологий здоровьесберегающей направленности.
3. Свободное и вариативное использование основных движений в самостоятельной деятельности; стремление проявить физические качества при выполнении движений.
4. Проявление элементов творчества при выполнении физических упражнений и игр.

Прогнозируемый результат работы с семьей:

1. Сформированность активной позиции по формированию осознанного отношения к своему здоровью, к здоровью своих детей, к физическому развитию и воспитанию детей.

| № п/п | Содержание работы | Сроки выполнения |
|----------|---|---------------------|
| 1. | Мониторинг | |
| | 1. Оценка физического развития детей 2. Комплектование кружка «Веселая ступенька» | Октябрь Сентябрь |
| 2. | Психолого-педагогическая работа | |
| | Физкультурно-оздоровительная работа | |
| | Сохранение и укрепление физического и психического здоровья: 1. Игровой самомассаж. 2. Дыхательно-звуковая гимнастика. 3. Логоритмика. 4. Ритмическая гимнастика. 5. Упражнения по профилактике плоскостопия и укреплению опорно-двигательного аппарата. 6. Оздоровительно-развивающие игры. 7. Стретчинг, игровые упражнения с элементами йоги. 8. Психогимнастика и релаксация. 9. Оздоровительная пробежка. 10. Закаливание: • проветривание помещений; • обеспечение температурного режима; • занятия на свежем воздухе; • босохождение (ходьба босиком); • использование дорожек здоровья. 11. Степ-гимнастика. Формирование начальных представлений о ЗОЖ: | В течение года |

| | | |
|-----------|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • валеологическое образование; • знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения; • знакомство с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | |
| | Направление “Физическое развитие” | |
| | <p>1. Совершенствование функций формирующегося организма, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное развитие через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств и способностей; • накопление и обогащение двигательного опыта детей; • формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; • формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений (технология моделирования); • развитие речи посредством движения (логоритмика, игры с речью, считалки и т.д.); • управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности в процессе организации спортивных командных игр, школы мяча, игр-эстафет по общеобразовательной Программе дошкольного образования “От рождения до школы” под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. <p>2. Создание банка данных “одарённых детей”, организация занятий с учетом выявленных способностей и личностных особенностей детей и создание условий для их участия в спортивных мероприятиях.</p> | В течение года |
| 3. | <i>Совместная работа с медицинскими работниками</i> | |
| | <p>1. Изучение состояния здоровья и уровня заболеваемости детей в ДОУ.</p> <p>2. Составление индивидуального маршрута образовательной работы по физической культуре для детей.</p> <p>3. Педагогический и медицинский контроль здоровья детей в процессе занятий физическими упражнениями.</p> | <p>Сентябрь-октябрь Октябрь</p> <p>В течение года</p> |
| 4. | <i>Взаимодействие с родителями</i> | |
| | <p>Цель: создать необходимые условия для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей через:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знакомство с целями и задачами физического воспитания дошкольников, способами организации двигательной | |

| | | |
|----|--|---|
| | <p>деятельности в ДОО и дома (род. собрания, информационные стенды, сайт ДООУ, совместные мероприятия);</p> <ul style="list-style-type: none"> информирование друг друга о возможностях, достижениях в решении задач по физическому развитию и формированию ЗОЖ у дошкольников (род. собрания, информационные стенды, сайт ДООУ); привлечение семей воспитанников к участию в совместных мероприятиях. <p>2. Участие в Дне открытых дверей: - показ ОД по ФИЗО с использованием здоровьесберегающих технологий (средние группы); - показ ОД по ФИЗО с использованием технологии игровой физкультуры (старшая/подготовительная).</p> <p>3. Участие в муниципальном соревновании среди детских садов – «Семейный Олимп».</p> <p>4. Участие в муниципальном конкурсе «Юный шашист».</p> <p>5. Проведение совместного праздника: - «Бравые солдаты» -подготовительные к школе группы. - «Моя мама -АВТОЛЕДИ»</p> <p>6. Выступление на групповых родительских собраниях: «Оздоровительный бег в холодное время года».</p> <p>Презентация работы кружка «Веселая ступенька».</p> | <p>В течение года</p> <p>Апрель</p> <p>Октябрь Сентябрь</p> <p>Февраль Ноябрь</p> <p>Сентябрь/Май</p> |
| 5. | Методическая работа | |
| | <p>1. Совместная работа с воспитателями и специалистами.</p> <ul style="list-style-type: none"> Индивидуальная работа по основным движениям. Подготовка совместных праздников и развлечений. <p>3. Разработка программно-методического сопровождения физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> Обновление Рабочей программы кружка «Веселая ступенька». <p>4. Проработать методическую литературу.</p> <p>5. Организация и проведение физкультурно-спортивных праздников, соревнований, дней здоровья и других мероприятий оздоровительного характера (согласно плану).</p> <p>6. Работа в целях самообразования</p> | <p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> <p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p> |
| 6. | Повышение квалификации | |
| | <p>1. Участие в семинарах, педконференциях, педсоветах</p> <p>2. Прохождение курсов повышения квалификации</p> | <p>В течение года</p> |

| Оснащение физкультурно-оздоровительной среды | | | |
|--|---|------------------|--|
| 1. | Подбор консультативного материала в папку -передвижку для родителей. | в течение года | все возрастные группы; подбор тематики |
| 2. | <ul style="list-style-type: none"> Разработка годового плана работы; Корректировка перспективных и календарных планов | август | тематическое планирование |
| 3. | •Пополнение картотеки «Подвижные игры и упражнения» | октябрь - ноябрь | взаимодействие с воспитателями |
| 4. | Подготовка спортивной площадки: зонирование на игровую зону и лыжную. | декабрь | совместно с детьми и воспитателями подготовительных к школе групп |
| 5. | Подготовка к летнему оздоровительному сезону: <ul style="list-style-type: none"> корректировка календарных планов; подготовка спортивной площадки | май | совместно с воспитателями |
| 6. | Подготовка и изготовление пособий и атрибутов к физкультурным развлечениям | июнь - июль | совместно с воспитателями, родителями |

**План мероприятий,
направленных на сохранение и укрепление здоровья детей на
2022 – 2023 учебный год**

В детском саду система физкультурно-оздоровительной работы строится на основе программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, задачами которой являются:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков основных видов движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Для решения программных задач, в учреждении созданы следующие условия: центры двигательной активности на все возрастных группах; оборудован физкультурный зал; имеются: спортивная площадка на территории детского сада, прогулочные участки всех возрастных групп.

Работа коллектива строится в соответствии с годовым планом МДОАУ детский сад «Улыбка».

План физкультурно-оздоровительной работы

| Содержание работы | Срок | Ответственный |
|--|---------------|--|
| ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА | | |
| Разработка перспективного плана по всем возрастным группам | сентябрь | инструктор по физической культуре |
| Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп | ежемесячно | инструктор по физической культуре |
| ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА | | |
| Использование в образовательном процессе разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы: | | |
| оздоровительный бег; | ежедневно | инструктор по физической культуре |
| различных гимнастик (дыхательной, пальчиковой, артикуляционной, гимнастики для глаз) | ежедневно | инструктор по физической культуре, воспитатели |
| подвижных игр и физических упражнений на прогулке; | ежедневно | инструктор по физической культуре, воспитатели |
| бодрящая гимнастики после дневного сна; | ежедневно | воспитатели |
| физкультурных занятий в зале; | по расписанию | инструктор по физической культуре, воспитатели |
| физкультурных занятий на прогулке; | по расписанию | воспитатели |

| | | |
|---|----------------------------------|--|
| физкультурных досугов; | 1 раз в месяц | инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели |
| физкультурных праздников; | 2 раза в год | воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель |
| день Здоровья; | 1 раз в месяц | воспитатели, инструктор по физической культуре, |
| индивидуальная работа по развитию основных видов движений, профилактике плоскостопия; | ежедневно | воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, |
| активизация двигательного режима | в течение года | старший воспитатель, инструктор по физической культуре |
| Проведение мониторинга по физическому развитию | сентябрь, май | инструктор по физической культуре |
| ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА | | |
| Соблюдения графика проветривания | ежедневно | инструктор по физической культуре |
| ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА | | |
| Участие в спортивных мероприятиях: - «Юный шашист», - «Семейный Олимп», - «Спортландия» Провести неделю здоровья в конце каждого месяца. | по плану 1 раз в месяц | инструктор по физической культуре, старший воспитатель |
| РАБОТА С ПЕДКОЛЛЕКТИВОМ И РОДИТЕЛЯМИ | | |
| Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях | по плану | инструктор по физической культуре, воспитатели, старший воспитатель |
| Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, дней здоровья, недели здоровья и спорта | в течение года | инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели |
| Оформление папки передвижки по группам | в течение года | инструктор по физической культуре, воспитатели |
| Выступление на родительских собраниях | Сентябрь /май | инструктор по физической культуре |