

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка-детский сад № 8 «Умка»

Принято на педагогическом совете  
от « 31 » августа 20 21 г.  
протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБДОУ «ЦРР – д/с №8»  
Н.А. Салмина  
« 31 августа » 20 21 г.  
Приказ № 187



ГОДОВОЙ ПЛАН  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Инструктор по физической культуре  
Салахова В.Ш.

г. Альметьевск 2021 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Годовой план работы инструктора по физической культуре содержит: цель, задачи воспитательно-оздоровительной работы на год, прогнозируемый результат.

Годовой план включает:

- Взаимодействие с педагогами.
- Взаимодействие с медицинским персоналом.
- Взаимодействие с детьми.
- Взаимодействие с семьей.
- Оснащение физкультурно-оздоровительной среды.

**Цель:** Формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, достижение гармоничного физического развития, обеспечение эмоционального благополучия воспитанников.

### Задачи.

#### Обучающие:

- Способствовать получению элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья;
- Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;

#### Оздоровительные:

- Приобщать детей к здоровому образу жизни;
- Способствовать укреплению здоровья детей средствами физической культуры;

#### Развивающие:

- Содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);
- Повышение активности и общей работоспособности;
- Воспитывающие:
- Формировать интерес к занятиям физической культуры;
- Способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

### Задача для работы с педагогами:

1. Развитие профессиональных способностей педагогов в образовательном процессе по обеспечению физического и психического здоровья дошкольников путем внедрения современных здоровьесберегающих технологий.

### Задачи для работы с детьми:

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Совершенствование работы по развитию физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) через спортивные игры и упражнения; накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании средствами упражнений, подвижных, спортивных и народных игр.

Основными направлениями в работе инструктора по физической культуре являются:

- Диагностическая работа
- Работа с детьми
- Взаимодействие с родителями
- Взаимодействие с педагогами
- Повышение профессионального мастерства
- Оснащение педагогического процесса

Прогнозируемый результат работы с педагогами:

1. Применение в практической деятельности здоровьесберегающих технологий.
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. Свободное и вариативное использование основных движений в самостоятельной деятельности; проявление активности в выполнении физических упражнений и в соревнованиях со сверстниками.
3. Проявление элементов творчества при выполнении физических упражнений и игр.
4. Стремление проявить физические качества при выполнении движений.

Прогнозируемый результат работы с семьей:

1. Сформированность активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка.



| Физкультурно – оздоровительная работа с детьми |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                    | родителями                                                                                        |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                              | Мониторинг<br>1.1 Оценка физического развития детей.<br>1.2 Проведение диагностики физической подготовленности детей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Сентябрь – Октябрь<br>Апрель - Май                                 | Инструктор по физической культуре совместно с медперсоналом, воспитателями                        |
| 2                                              | Осуществление медико-педагогического контроля на физкультурных занятиях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | В течение года                                                     | Инструктор по физической культуре совместно с медперсоналом                                       |
| 3                                              | Обеспечение контроля по закаливанию детей в сочетании с утренней зарядкой и гимнастикой после сна.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | В течение года ежедневно                                           | Инструктор по физической культуре совместно с медперсоналом, воспитателями                        |
| 4                                              | Закаливающие мероприятия: закаливающая ходьба босиком в спальне до и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. Дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж, оздоровительный бег на воздухе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Ежедневно                                                          | группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями                                            |
| 5                                              | Утренняя гимнастика                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ежедневно, по плану работы физкультурного зала                     | группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями                                            |
| 6                                              | Проведение ООД по ОО «Физическая культура» с использованием технологий УМК (закрепление счета, цвета, основных движений, подвижных игр)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3 занятия в неделю, в течение года                                 | группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями, воспитателем по обучению татарского языка |
| 7                                              | Физкультурные развлечения<br>7.1 «Эстафеты, аттракционы, подвижные игры» - разновозрастная группа<br>Средние группы - «День игр»<br>2 младшие группы - «Весёлые поросята»<br>1 младшие группы - «Мы растем здоровыми»<br>➤ «Осенние весёлые старты» - разновозрастная группа<br>Средние группы - «Разноцветные обручи»<br>2 младшие группы - «Бабушка и колобок в гостях у малышей»<br>1 младшие группы - «На лесной полянке»<br>➤ «Спортивный праздник, посвященный Дню матери» - разновозрастная группа<br>«Один день в детском саду» (с родителями) – средние группы<br>2 младшие группы - «В гости к нам пришёл Петрушка»<br>1 младшие группы - «Теремок»<br>➤ «Зимние забавы» - разновозрастная группа<br>«В гостях у Деда Мороза» - средние группы<br>2 младшие группы «В гости к зайке»<br>1 младшие группы «Зимние забавы»<br>➤ «Необычные Олимпийские игры» - разновозрастная группа<br>«Зимние забавы» - средние группы | Сентябрь<br><br>Октябрь<br><br>Ноябрь<br><br>Декабрь<br><br>Январь | группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями                                            |





|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| профилактической поддержке                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | нуждающихся в коррекционно-                                                         |                                                           |
| Консультация для родителей «Профилактика и коррекция плоскостопия»;<br>«Физкультура вместе с мамой»<br>3.5 Консультация для родителей «Необыкновенная зимняя прогулка»<br>- Фотоматериалы для родителей о проведенных досугах и занятиях в Интернет-ресурсах.<br>- Консультация для родителей «О правильной осанке»<br>- Подготовить фотовыставку о спортивном празднике «Зимние забавы»<br>Консультации для родителей «Развитие речи на занятиях физической культурой в ДОУ».<br>- Беседа с родителями – одежда детей на прогулке.<br>- Встречи по заявкам., интерактивное общение.<br>- Фотоматериалы для родителей о проведенных досугах и занятиях в Интернет-ресурсах<br>- Памятка для родителей: «Десять советов родителям по оздоровлению детей»<br>- Консультация для родителей: «Патриотическое воспитание дошкольников средствами физической культуры»<br>- Консультация для родителей «Родители лучший пример для детей»<br>- Беседа с родителями – одежда детей на прогулке.<br>- Индивидуальные беседы с родителями детей нуждающихся в коррекционно-профилактической поддержке<br>- Итоговое родительское собрание «Чего достигли дети» |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Ноябрь<br><br>Декабрь<br><br>Январь<br><br>Февраль<br><br>Март<br>Апрель<br><br>Май |                                                           |
| 4.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Распространение опыта семейного воспитания<br>«В здоровой семье - здоровые дети!»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | в течение года                                                                      | воспитатели всех возрастных групп, родители               |
| 5.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Декада Здоровья» - Проектная работа<br>Праздники, досуги, развлечения с привлечением родителей<br>Привлечение родителей к участию в запланированных мероприятиях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Март                                                                                | группы дошкольного возраста;<br>совместно с воспитателями |
| Взаимодействие с педагогами                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                     |                                                           |
| 1.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | В помощь педагогу «Организация и проведение диагностики физического развития и физической подготовленности»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Сентябрь<br>Май                                                                     | воспитатели групп дошкольного<br>возраста                 |
| 2.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1. Консультации<br>Как оборудовать физкультурный уголок в группе согласно ФГОС дошкольного образования<br>Консультация «Формирование у ребенка представления о здоровом образе жизни»<br>Консультация: «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в рамках ФГОС ДО»<br>Консультация: «Развлечения на свежем воздухе».<br>Консультация: «Организация оздоровительного бега в дошкольном учреждении»<br>Консультация: «Создание условий и выполнение циклограмм двигательного режима» | Сентябрь<br><br>Октябрь<br>Ноябрь<br>Январь                                         | воспитатели всех возрастных групп                         |



|                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                         |                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.                                                                                                                                                                                                                                    | Участие в городской Спартакиаде среди работников образовательных учреждений «Кросс Татарстана»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Сентябрь                                                                |                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                       | Участие в городской Спартакиаде среди работников образовательных учреждений «Лыжня Татарстана»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Февраль                                                                 |                                                                                        |
| 4.                                                                                                                                                                                                                                    | Совместная работа с воспитателями и специалистами.<br>- Индивидуальная работа по основным движениям.<br>- Подготовка совместных праздников и развлечений.<br>- Совместная работа с психологом по коррекции эмоциональной сферы и развитию координационных способностей, формированию предпосылок учебной деятельности дошкольников.<br>- Работа на кустовом методическом объединении инструкторов по физической культуре. | в течение года<br>в течение года<br>сентябрь-март<br><br>в течение года | совместно с воспитателями                                                              |
| 5.                                                                                                                                                                                                                                    | Открытые просмотры<br>• ОД<br>• Физкультурных досугов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Ноябрь, февраль<br>в течение года                                       | совместно с воспитателями                                                              |
| 6.                                                                                                                                                                                                                                    | Подготовка к физкультурным праздникам, досугам                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | в течение года                                                          | совместно с воспитателями и музыкальным руководителем                                  |
| 7.                                                                                                                                                                                                                                    | Консультация по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и укрепления здоровья.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | в течение года                                                          | воспитатели групп                                                                      |
| 8.                                                                                                                                                                                                                                    | Планирование работы на 2020 - 2021 учебный год                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Июль - август                                                           | воспитатели групп                                                                      |
| <b>Оснащение физкультурно-оздоровительной среды</b>                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                         |                                                                                        |
| Подбор консультативного материала в уголки для родителей                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | в течение года                                                          | все возрастные группы;<br>подбор тематики осуществлять совместно с воспитателями групп |
| • Разработка годового плана работы;<br>• Корректировка перспективных и календарных планов                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Август                                                                  | тематическое планирование осуществлять совместно с воспитателями групп                 |
| Оформление фотовитрины по изучению опыта семейного воспитания                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Март – апрель                                                           | группы дошкольного возраста;<br>совместно с воспитателями                              |
| Подготовка к летнему оздоровительному сезону:<br>• корректировка календарных планов;<br>• подготовка спортивной площадки и зон двигательной активности детей (обновить разметку на асфальте);<br>• подготовка выносного оборудования. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Май                                                                     | воспитатели групп дошкольного возраста                                                 |
| Подготовка и изготовление пособий к физкультурным развлечениям                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Июнь - июль                                                             | воспитатели групп дошкольного возраста                                                 |

## Методическая работа

|    |                                                                                               |                |                                                                          |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Работа по индивидуальному плану повышения профессионального уровня в межаттестационный период | В течение года | Инструктор по физической культуре                                        |
| 2. | Составление перспективного и календарного план работы с детьми на занятиях                    | Сентябрь       |                                                                          |
| 3. | Составление плана индивидуальной коррекционной работы                                         | Октябрь        | Инструктор по физической культуре воспитатели групп дошкольного возраста |
| 4. | Пополнение библиотеки методической литературой в соответствии с ФГОС                          | В течение года | Инструктор по физической культуре                                        |
| 5. | Изготовление картотеки физкультминуток, комплексов дыхательной гимнастики                     | Октябрь        | воспитатели групп дошкольного возраста                                   |
| 6. | Изготовление иллюстрированного материала по зимним и летним видам спорта                      | Ноябрь         | воспитатели групп дошкольного возраста                                   |
| 7. | Участие в работе МО, семинарах, конференциях; конкурсах, методические публикации              | В течение года | инструктор по ФК, городское сообщество инструкторов ФК, специалисты      |
| 8. | Ведение собственного сайта и на официальном сайте МБДОУ «ЦРР – д/с № 8 «Умка»                 | в течение года | Инструктор по физической культуре                                        |
| 9. | Оформление информационных стендов в соответствии с ФГОС                                       | Раз в квартал  | Инструктор по физической культуре                                        |



и пронумеровано и

креплено печатью

5 ( *пять* )

листов

заведующий МБДОУ «ЦРР-д/с №8»

*Салмина* / Н.А. Салмина

подпись, расшифровка

