

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 10 «Сказка» города Сафоново Смоленской области







ГОДОВОЙ ПЛАН РАБОТЫ
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
на 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

Инструктор по ФК
Арсенченкова Л.В.

2020 год


ГОДОВОЙ ПЛАН РАБОТЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Годовой план включает:

-  Взаимодействие с медицинским персоналом
-  Работу с педагогами.
-  Работу с детьми.
-  Работу с семьей (родители, законные представители).
-  Работу с социумом: детские сады города
-  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 валеологической направленности.

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 валеологической направленности, к выполнению нормативов первой ступени физкультурно- спортивного комплекса ГТО.
3. Развитие двигательного творчества, формирование у воспитанников культуры движений.

Задача для работы с семьей:

1. Взаимодействие ДООУ 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 и валеологической 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 и валеологической 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.	<i>Мониторинг</i>	
	1. Составление паспорта здоровья (по группам). 2. Оценка физического развития детей. 3. Комплектование кружка по профилактике плоскостопия и нарушений осанки «Здоровячок».	Сентябрь Сентябрь - октябрь
2.	<i>Психолого-педагогическая работа</i>	
	<p style="text-align: center;">Физкультурно-оздоровительная работа</p> <p><i>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья:</i></p> <ol style="list-style-type: none">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:<ul style="list-style-type: none">• проветривание помещений;• обеспечение температурного режима;• занятия на свежем воздухе;• босохождение (ходьба босиком);• использование дорожек здоровья.11. Фитбол-гимнастика. <p><i>Формирование начальных представлений о ЗОЖ:</i></p>	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. Выявление детей, имеющих нарушение опорно-двигательного аппарата, ЧБ детей.</p> <p>3. Составление индивидуального маршрута образовательной работы по физической культуре для детей с ОВЗ.</p> <p>4. Педагогический и медицинский контроль здоровья детей в процессе занятий физическими упражнениями.</p>	<p>Сентябрь-октябрь</p> <p>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 ООД по ФИЗО с использованием здоровьесберегающих технологий (средние группы); - показ ООД по ФИЗО с использованием технологии игрового стретчинга (старшая/подготовительная).</p> <p>3. Участие в городских соревнованиях среди детских садов города – «Малые олимпийские игры».</p> <p>4. Участие в городском конкурсе «Зарничка».</p> <p>5. Проведение совместного праздника «<i>Вместе с мамой</i>» - старший дошкольный возраст.</p> <p>6. Выступление на групповых родительских собраниях: «Профилактика плоскостопия у дошкольников».</p> <p>Презентация работы кружка «Крепыш», «Здоровячок».</p>	<p>В течение года</p> <p>Апрель</p> <p>По графику</p> <p>Февраль</p> <p>Сентябрь/Май</p>
<p>5.</p>	<p style="text-align: center;">Методическая работа</p> <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. • Работа с учителем – логопедом по развитию речи на занятиях по ФИЗО. • Совместная работа с психологом по коррекции эмоциональной сферы и развитию координационных способностей, формированию предпосылок учебной деятельности дошкольников. • Работа в городском методическом объединении инструкторов по ФИЗО. <p>3. Разработка программно-методического сопровождения физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обновление Рабочей программы кружка «Здоровячок» (согласно ФГОС). • Разработать Положение о проведении Парада ребячьих войск, спортивного квеста «В поисках здоровья» <p>4. Ведение сайта на официальном сайте МБДОУ. 5. Организация и проведение физкультурно-спортивных праздников, соревнований, дней здоровья и других мероприятий оздоровительного характера (согласно плану).</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Февраль</p> <p>В течение года</p> <p>Сентябрь-март</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>

		В течение года
6.	Повышение квалификации	
	1. Участие в семинарах, педконференциях, педсоветах, заседаниях и открытых показах МО 2. Прохождение курсов повышения квалификации (профессиональная переподготовка по программе «Физическая культура в ДОО»). 3. Работа по самообразованию.	В течение года

Оснащение физкультурно-оздоровительной среды			
1.	Подбор консультативного материала в уголки для родителей.	в течение года	все возрастные группы; подбор тематики осуществлять совместно с воспитателями групп
2.	<ul style="list-style-type: none"> • Разработка годового плана работы; • Корректировка перспективных и календарных планов 	август	тематическое планирование осуществлять совместно с воспитателями групп
3.	<ul style="list-style-type: none"> • Пополнение картотеки «Спортивные игры и упражнения» • Создание картотеки спортивного и физкультурного оборудования, инвентаря. 	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.	Оформление фотовитрины по изучению опыта семейного воспитания	март – апрель	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
6.	Подготовка к летнему оздоровительному сезону: <ul style="list-style-type: none"> • корректировка календарных планов; • подготовка спортивной площадки и зон двигательной активности детей (обновить разметку на асфальте); • подготовка выносного 	май	совместно с воспитателями

	оборудования.		
7.	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 2020 – 2021 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 МБДОУ

План физкультурно-оздоровительной работы

Содержание работы	Срок	Ответственный
ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА		
Составление расписания непосредственной образовательной деятельности, режима дня по группам	сентябрь	Зам. заведующего
Составление графика проведения утренних гимнастик	сентябрь	Зам. заведующего
Проведение инструктажа по охране жизни и здоровья детей	сентябрь, январь	Зам. заведующего
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
Обработка данных антропометрии и	сентябрь	инструктор по физической

внесение результатов в журналы		культуре
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА		
Использование в образовательном процессе разнообразных форм физкультурно-оздоровительной работы:		
утренних гимнастик;	ежедневно	воспитатели
физкультминуток на занятиях;	ежедневно	воспитатели
двигательных разминок между занятиями;	ежедневно	воспитатели
различных гимнастик (дыхательной, пальчиковой, артикуляционной, гимнастики для глаз)	ежедневно	воспитатели
подвижных игр и физических упражнений на прогулке;	ежедневно	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
дней Здоровья;	7 апреля	воспитатели, инструктор по физической культуре,
Недели здоровья и спорта;	февраль	воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель,
Неделя безопасности;	сентябрь, май	воспитатели
Всероссийский день бега «Кросс наций – 2017»	сентябрь	дети старшего дошкольного возраста, педагоги, родители, инструктор по ФК
«Лыжня России – 2018»	февраль	дети старшего дошкольного возраста, педагоги, родители, инструктор по ФК
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
закаливающие мероприятия (облегченная одежда, умывание и мытье рук прохладной водой, питьевой режим)	ежедневно	воспитатели, старший воспитатель
проведение мониторинга физического развития детей	2 раза в год	инструктор по физической культуре
Педагогический контроль за проведением занятий и закаливающих процедур	по плану	заведующий МБДОУ, старший воспитатель
Проведение мониторинга по физическому развитию	сентябрь, май	инструктор по физической культуре
ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА		
Кислородные коктейли	1 раз в три месяца	заведующий МБДОУ, старший воспитатель, мед. персонал
Соблюдения графика проветривания	ежедневно	воспитатели, младшие воспитатели
ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА		
Участие в спортивных мероприятиях	по городскому плану	инструктор по физической культуре, старший воспитатель
Участие в спортивных соревнованиях между дошкольными учреждениями микрорайона	по плану	инструктор по физической культуре, воспитатели
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 наглядного материала для родителей и воспитателей	в течение года	инструктор по физической культуре, воспитатели
День открытых дверей (для родителей)	апрель	инструктор по физической культуре, воспитатели

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом	Работа с детьми	Взаимодействие с родителями
1	2	3	4	5
Сентябрь	<p>Пополнение физкультурного оборудования в зале.</p> <p>Подготовка атрибутов и оформление зала для проведения спортивного досуга «Осенний марафон».</p>	<p>Внести изменения в содержание предметно – развивающей среды физкультурных уголков групп, участков, пополнив необходимым физкультурным оборудованием в соответствии с ФГОС ДО.</p> <p>Консультация «Создание в группе условий для организации двигательной деятельности».</p>	<p>1. Организовать и провести спортивные досуги: - «Осенний марафон» (старшие группы, подготовительные группы).</p> <p>2. Развлечения: - «Играй, играй, в игре умения добывай» (средние группы)</p> <p>3. Презентация «ГТО - что это такое?» Старший возраст Комплектование кружка по профилактике плоскостопия и нарушений осанки «Здоровячок».</p>	<p>Подготовить наглядную информацию совместно с медицинской сестрой на тему «Дыхательная гимнастика и точечный массаж для часто болеющих детей».</p>
Октябрь	<p>Оформление карт, обработка данных мониторинга воспитанников средних, старших, подготовительных к школе групп.</p>	<p>Провести индивидуальные беседы для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно - оздоровительной деятельности на улице».</p>	<p>1. Провести мониторинг физической подготовленности воспитанников средних, старших, подготовительных к школе групп.</p> <p>2. Провести физкультурные досуги: - «Мы растем здоровыми» (средние группы). - «Весёлые старты» (старшие, подготовительные группы).</p>	<p>Анкетирование родителей на тему: «Основы здорового образа жизни» «Что вы знаете о ГТО?»</p> <p>Информация на тему «Возрождение ГТО. ГТО - в детский сад!»</p>

<p>Ноябрь</p>	<p>Подготовка атрибутов и оформление зала для проведения спортивного праздника «Неболейка». Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести «День здоровья».</p> <p>Корректировка планов работы по итогам мониторинга детей.</p>	<p>Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников, выработать рекомендации по индивидуальной работе на 2017- 2018 учебный год.</p> <p>Индивидуальные мини-собрания с воспитателями групп по распределению детей по группам здоровья.</p>	<p>1. Организовать и провести День здоровья в виде спортивного праздника «Неболейка» (средние, старшие, подготовительные группы).</p> <p>2. Игровые занятия: «Забавные игры сегодня нас ждут» (средние, старшие, подготовительные группы).</p>	<p>Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам мониторинга.</p> <p>Консультация: «Закаливание дома».</p>
<p>Декабрь</p>	<p>1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудования для повышения интереса воспитанников к физической культуре.</p>	<p>Консультация: «Роль расслабляющих упражнений в системе релаксации с детьми ОВЗ».</p>	<p>1. Провести физкультурный досуг: «Зимние забавы» (средние группы).</p> <p>2. В рамках «Дня здоровья» провести спортивный досуг «День здоровья» (старшие, подготовительные к школе группы).</p>	<p>Буклет на тему «Осанка вашего ребёнка».</p> <p>Провести индивидуальные консультации на тему «Профилактика и коррекция осанки».</p>

<p>Январь</p>	<p>Пополнение игротеки подвижных игр большой и средней подвижности в старших возрастных группах.</p>	<p>1. Провести консультации с воспитателями по физическому развитию младших дошкольников.</p> <p>Консультация: «Двигательно-оздоровительные моменты в перерывах между занятиями», «Виброгимнастика».</p>	<p>1.Провести зимние забавы на спортивном участке (улица) «Весёлые зверята» (средние группы). - «Нам не страшен мороз» (старшие, подготовительные к школе группы).</p>	<p>1.Советы на тему «Это легко и просто», о совместных занятиях с детьми дома (парная гимнастика)</p>
<p>Февраль</p>	<p>Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования</p>	<p>Проведение тематических бесед и конкурса рисунка на тему «Мой папа самый спортивный».</p>	<p>1.Провести физкультурно – развлекательный досуг «Будем в армии служить» (средние группы). 2.Подготовка и участие в празднике «А ну – ка, мальчишки!» (старшие, подготовительные к школе группы). 3. спортивный праздник «Парад ребячьих войск»</p>	<p>1.Организовать фотовыставку «Мы – будущие солдаты!».</p>
<p>Март</p>	<p>Для развития волевых усилий и сохранения устойчивого интереса воспитанников к НОД, использование подвижных игр большой и средней подвижности.</p>	<p>Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести конкурс «А ну – ка девочки!».</p>	<p>1. Провести спортивный конкурс «А ну-ка, девочки!» (старшие, подготовительные к школе группы). 2.Веселые спортивные развлечения: - «Попробуем чемпионами стать»</p>	<p>Педагогическая гостиная на тему «Почему подвижные игры с детьми важны?».</p> <p>Консультация: «Спортивные, подвижные и народные игры дома».</p>

			(апробирование норм ГТО) (старшие, подготовительные к школе группы).	
Апрель	Оформление карт, обработка данных мониторинга воспитанников средних, старших, подготовительных к школе групп.	1.Круглый стол на тему: «Повышение двигательной активности на прогулках». 2. Подобрать материал для воспитателей о формах и методах закаливания в летнее время.	1.Начать проводить мониторинг физической воспитанников - Нормативы ГТО для подготовительных групп. 2.Провести весеннюю спартакиаду с воспитанниками подготовительных групп. (ГТО- спортивный квест) 3.День здоровья – 7 апреля	Консультация: «Спортивный уголок дома»
Май	1.Составление плана индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам мониторинга. 2.Составление плана физкультурно- оздоровительной работы на летний период. 3.Подготовка атрибутов и оформление спортивной площадки для проведения физкультурный праздник «Вот и лето пришло!».	1.Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников. 2 3. Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период. 2 Провести для воспитателей консультацию	1.Провести мониторинг физического развития детей средних, старших групп. 2. «Дню Победы посвящается» - участие в городской «Зарнице» 3. Организовать и провести спортивный праздник с воспитанниками всех возрастных групп «Вот и лето пришло!»	Познакомить родителей с результатами физического развития детей. Привлечь родителей к подготовке и участию в празднике «Вот и лето пришло!».
Ежемесячно	Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга	Проводить индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений.	Внедрение ГТО. Проводить НОД по физкультурному развитию воспитанников всех	Организовать фото и видео съёмку НОД по физическому развитию, досугов, развлечений,

	<p>воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей</p> <p>Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в МДОАУ д/с «Улыбка»</p> <p>Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями.</p> <p>Подготовка атрибутов для физкультурные мероприятия с воспитанниками возрастных групп.</p>	<p>Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого на спортивной площадке, спортивном зале.</p> <p>3 Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми.</p>	<p>возрастных групп и индивидуальную работу с воспитанниками.</p> <p>Проводить физкультурные мероприятия с воспитанниками.</p> <p>Профилактическая работа по предупреждению нарушений осанки и плоскостопия детей.</p>	<p>праздников для оформления фото-отчетов, альбомов, портфолио.</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------