

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Березовская средняя общеобразовательная школа №10
(дошкольные группы)

Рассмотрено на заседании
МО воспитателей

Согласовано:
Зам.директора по НДО

Утверждено:
Директор
МБОУ Березовской
СОШ№10

Протокол № 1
от 29.08.2022 г.

_____ Чемеренко В.Ю.

_____ Ф.А.Ястреб
Приказ № 143
От 29.08.2022 г.

План работы
инструктора по физической культуре
на 2022-2023 учебный год

Инструктор по физической культуре: Малышева Ю.Л.

2022 г.

Цель: создание условий для охраны и укрепления физического и психологического здоровья детей.

Задачи:

1. Организовать формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, олимпийском движении, различных спортивных игр;
2. Создать условия для сохранения, укрепления и охраны здоровья детей, повышения умственной и физической работоспособности, предупреждения переутомления;
3. Обеспечить гармоничное физическое развитие, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
4. Формировать потребности в ежедневной двигательной деятельности.
5. Развивать инициативы, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
6. Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интересу и любви к спорту.

Содержание работы, мероприятие	Сроки выполнения
<p>1. Методическая работа.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проработать методическую литературу • Подобрать комплексы общеразвивающих упражнений для всех возрастных групп. • Подобрать комплексы гимнастики после сна для всех возрастных групп. • Организация и проведение физкультурно-спортивных праздников, соревнований, дней здоровья и других мероприятий оздоровительного характера (согласно плану). 	<p>сентябрь</p> <p>в течении года</p> <p>сентябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>в течении года</p>
<p>2. Физкультурно-оздоровительная работа.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Провести диагностику физической подготовленности детей. • Осуществлять медико-педагогический контроль на физкультурных занятиях. • Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с утренней зарядкой и гимнастикой после сна. • До и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. • Дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж, оздоровительный бег на воздухе. 	<p>сентябрь-май</p> <p>в течении года</p> <p>ежедневно в течении года</p> <p>ежедневно в течении года</p>
<p>3. Физкультура в режиме дня.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика. • Физкультурные занятия в зале и на улице. • Подвижные и спортивные игры на прогулке. • Двигательные разминки и физкультминутки. • Гимнастика после сна. • Индивидуальная работа с детьми. • Самостоятельная двигательная активность детей. • Физкультурные досуги. 	<p>Ежедневно</p> <p>По расписанию</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>1 раз в месяц</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурно-оздоровительные праздники. • День здоровья 	<p>2 раза в год (<i>зима, весна</i>)</p> <p>2 раза в год</p>
<p>4. Организационно-массовая работа.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Составить календарный план активного отдыха детей. • Провести физкультурно-оздоровительные праздники. • Провести физкультурные досуги. • Оформление спортивного стенда с информацией. • День здоровья 	<p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p>
<p>5. Работа с воспитателями.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду. • Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и укрепления здоровья. • Провести консультации для воспитателей: Тема: «Развитие осознанного отношения к своему здоровью у детей дошкольного возраста». Тема: «Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке». Тема: «Методика проведения физкультурных занятий на прогулке». 	<p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>В течении года</p>
<p>6. Совместная работа с воспитателями и специалистами.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальная работа по основным движениям. • Подготовка совместных праздников и развлечений. • Совместная работа с психологом по коррекции эмоциональной сферы и развитию координационных способностей, формированию предпосылок учебной деятельности дошкольников. 	<p>В течении года</p> <p>В течении года</p> <p>Сентябрь-март</p>
<p>7. Повышение квалификации</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Участие в семинарах, педсоветах, заседаниях и открытых показах. 2. Прослушивание вебинаров. 3. Работа по самообразованию. 4. Изучение литературных новинок 	<p>В течении года</p>
<p>9. План проведения спортивных мероприятий и досуга</p>	
<p>Младшая (разновозрастная) группа (2-4 года)</p>	
<p>«Осенние веселые старты»</p> <p>«Осенний марафон»</p> <p>Развлечение «Сказка осеннего леса»</p> <p>«Белая, пушистая»</p> <p>Мероприятие посвященное детям с ОВЗ «Солнце светит всем»</p> <p>«Зимние забавы»</p> <p>«День защитников Отечества (музыкально-спортивный праздник)</p> <p>«Как зима с весной встретились»</p> <p>Спортивное развлечение «День смеха»</p> <p>«Поиграем с Петрушкой»</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p> <p>Апрель</p> <p>Май</p>

Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей	Июнь
Старшая (разновозрастная) (4-6 лет) и подготовительная (6-7 лет) группы	
Музыкально-спортивный праздник «День знаний»	Сентябрь
«Осенний марафон»	Октябрь
Физкультурный праздник ко Дню Народного Единства «Сочен и един, наш народ непобедим!»	Ноябрь
«Мы мороза не боимся»	Декабрь
Мероприятие посвященное детям с ОВЗ «Солнце светит всем»	Январь
Спортивный праздник «Зимние забавы»	Февраль
«День защитников Отечества (музыкально-спортивный праздник)	Март
«Весну встречаем, Бабе Яге помогаем!»	Апрель
«День смеха!»	Май
«Вместе нам никогда не бывает скучно»	Июнь
Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей	

Месяц	Форма	Содержание
Сентябрь	Групповые собрания (все группы)	Выступления на родительских собраниях: «Организация занятий физкультурой в детском саду». Формы работы по физическому воспитанию. Двигательная активность ребёнка в режиме дня.
Октябрь	Презентация (Все группы) Индивидуальные беседы с родителями (Младшие и средние группы)	- Результаты диагностики физической подготовленности детей. Пути её совершенствования - Особенности закаливания детей в детском саду и в домашних условиях.
Ноябрь	Информационные стенды; информация на сайте МБОУ Березовской СОШ №10	- Фотовыставка: «Мы занимаемся физкультурой». - Разместить на сайте детского сада консультацию по профилактике плоскостопия и нарушения осанки
Декабрь	Информационные стенды Консультация Конкурс	- Неделя открытых занятий - Провести для родителей открытые занятия по профилактике плоскостопия и нарушения осанки. - Организовать конкурс массажных ковриков из подручных материалов (по профилактике плоскостопия) среди всех групп.

Январь	Консультации Информационные стенды; информация на сайте МБОУ Березовской СОШ №10	- Индивидуальные консультации по вопросам физического воспитания. - Размещение информации о профилактике гриппа и ОРВИ.
Февраль	Совместная деятельность детей и родителей.	Участие родителей в физкультурных досугах, развлечениях, спортивных праздниках, днях здоровья.
Март	Информационные стенды Мастер-класс для родителей о пользе дыхательной гимнастики	- Подготовить материал для наглядной агитации «Осанка вашего ребёнка» - Провести совместное занятие в подготовительной группе (мастер-класс) с использованием технологий дыхательной гимнастики.
Апрель	Совместная деятельность детей и родителей.	Участие родителей в физкультурных досугах, развлечениях, спортивных праздниках, днях здоровья.
Май	Консультация -Сайт детского сада Беседы	- Играем вместе. Игры интересные и полезные дома», разместить информацию на сайте д/с - Подготовить наглядную агитацию «Чем занять ребенка летом», разместить информацию на сайте д/с - Провести индивидуальные беседы по результатам диагностики физического развития дошкольников на конец учебного года