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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании МО воспитателей  Протокол №  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Согласовано:  Зам.директора по НДО  \_\_\_\_\_\_\_\_ Чемеренко В.Ю. | Утверждено: Директор МБОУ Березовской СОШ№10  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ф.А.Ястреб  Приказ№ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

План работы   
инструктора по физической культуре  
на 2020-2021 учебный год

Инструктор по физической культуре: Глазунова Ю.Л.

2020 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** |
| ***1. Методическая работа.***  • Составить перспективный и календарный план работы с детьми на за­нятиях  • 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). | | сентябрь  в течении года сентябрь  ноябрь   в течении года |
| **2. Физкультурно-оздоровительная работа.**  • 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.  • 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. | | сентябрь-май в течении года  ежедневно в течении года  ежедневно в течении года  в течении года |
| **3. Физкультура в режиме дня.**  • 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.  • Физкультурно-оздоровительные праздники.  • День здоровья | | Ежедневно  По расписанию Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно 1 раз в месяц 2 раза в год *(зима, лето)* 2 раза в год |
| **4. Организационно-массовая**  **работа.**  • Составить календарный план активного отдыха детей.  • Провести физкультурно-оздоровительные праздники.  • Провести физкультурные досуги.  • Оформление спортивного стенда с информацией.  • День здоровья | | В течении года В течении года В течении года В течении года В течении года |
| **5. Работа с воспитателями.**  • 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». | | В течении года  В течении года  В течении года  В течении года  В течении года |
| **6. Совместная работа с воспитателями и специалистами.**  • 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. | | В течении года  В течении года  Сентябрь-март |
| **7. Работа с родителями** | | |
| *Содержание работы* | *Форма* | *Сроки* |
| «Взгляд на простуду с точки зрения натуропа­тии» (методы самопомощи при хронических забо­леваниях). | Индивидуальные консультации | Сентябрь |
| «Как создать условия для самостоятельной дви­гательной активности детей» | Консультации для роди­тельских собраний | Октябрь |
| «Взгляд на простуду с точки зрения натуропа­тии» (методы самопомощи при хронических забо­леваниях). | Индивидуальные консультации | Ноябрь |
| «Как закалять часто болеющего ребенка»  «Всё о витаминах» | Консультация в роди­тельском уголке | Декабрь |
| «Спортивный уголок дома»  «Взаимодействие детского сада и семьи в приоб­щении к ценностям здорового образа жизни». | Изготовление родителя­ми папок-передвижек;  Консультация | Январь |
| «Традиционные методы закаливания»  «Занятие ритмической гимнастикой для детей дошкольного возраста» | Индивидуальные кон­сультации  Консультация | Февраль |
| «О закаливании» | Стендовый материал | Март |
| «Физкультура в жизни нашей семьи». | Анкетирование родите­лей | Апрель |
| «Давайте поиграем»  «Домашний стадион». | Консультация  Индивидуальные реко­мендации и беседы | Май |
| **8. Повышение квалификации**  1. Участие в семинарах, педсоветах, заседаниях и открытых показах.  2. Прослушивание вебинаров.  3. Работа по самообразованию.  4. Изучение литературных новинок | | В течении года |
| **9. План проведения спортивных мероприятий и досуга** | | |
| ***II младшая группа (3-4 года)*** | | |
| «Осенние веселые старты»  «Осенний марафон»  Развлечение «Сказка осеннего леса»  «Белая, пушистая» Мероприятие посвященное детям с ОВЗ «Солнце светит всем»  «Зимние забавы»  «День защитников Отечества (музыкально-спортивный праздник)  «Как зима с весной встретились»  Спортивное развлечение экологического характера «Спешим на помощь»  «Если очень захотеть можно в космос полететь»  «Поиграем с Петрушкой»  Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей | | Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь  Январь Февраль Март Апрель  Май  Июнь |
| ***Старшая (4-5 лет) и подготовительная (6-7 лет) группы*** | | |
| Музыкально-спортивный праздник «День знаний»  «Осенний марафон»  Физкультурный праздник ко Дню Народного Единства «Сточен и един, наш народ непобедим!»  «Мы мороза не боимся» Мероприятие посвященное детям с ОВЗ «Солнце светит всем»  Спортивный праздник «Зимние забавы»  «День защитников Отечества (музыкально-спортивный праздник)  «Весну встречаем, Бабе Яге помогаем!»  «Подготовка космонавтов»  «Вместе нам никогда не бывает скучно»  Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей | | Сентябрь Октябрь Ноябрь  Декабрь  Январь Февраль  Март Апрель Май Июнь |