**Годовой план работы**

**по физическому развитию воспитанников**

**СП «Детский сад Планета детства» ГБОУ СОШ №7 г. Похвистнево**

**2021–2022 учебный год**

Составил: Инструктор по физической культуре

Кириченко М.А.

ПЛАН РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

СП «ДЕТСКИЙ САД ПЛАНЕТА ДЕТСТВА».

**Цели:** Формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, достижение гармоничного физического и психического развития, обеспечение эмоционального благополучия детей.

# Задачи физического развития дошкольников:

* Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствование их физического развития сопротивляемости и защитных свойств организма, улучшение физической и умственной работоспособности.
* Формирование у детей жизненно необходимых дополнительных умений и знаний, достижение определенного уровня физической подготовки.
* Формирование потребности в физическом совершенствовании, вооружение знаниями, умениями и навыками, воспитание привычки к здоровому образу жизни.

Для реализации этих задач в СП «Детский сад Планета детства» созданы следующие условия:

* Оборудована спортивная площадка.
* Оборудован спортивный зал

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки** | **Ответственный** |
| **Комплекс закаливающих мероприятий с детьми** |
| 1. | Комплекс физкультурныхупражнений для ЧБД | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 2. | Соблюдение температурногорежима в течение дня | ежедневно | воспитатели |
| 3. | Умывание холодной водой | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 4. | Воздушные ванны | ежедневно | воспитатели |
| 5. | Солнечные ванны | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 6. | Прогулки2раза вдень | ежедневно | воспитатели |
| 7. | Соблюдение графикапроветривания | ежедневно | воспитатели |
| 8. | Гимнастика после сна | ежедневно | воспитатели |
| 9. | Дыхательная гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 10. | Пальчиковая гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 11. | Корригирующая гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| **Двигательная деятельность** |
| 1. | Оздоровительные паузы в процессе организации совместной деятельности детей и педагогов: пальчиковая гимнастика,физминутки, гимнастика для глаз | ежедневно | Воспитатели |
| 2. | НОД «Физическая культура» (в физкультурном зале)НОД «Физическая культура» (на воздухе с детьми старшего дошкольного возраста) | 2 раза в неделю1раз в неделю | ИФК, воспитатели |
| 3. | Утренняя гимнастика ежедневно | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 4. | Самостоятельная двигательнаядеятельность | ежедневно | Воспитатели |
| 5. | Подвижные игры | Ежедневно напрогулке | ИФК, воспитатели |
| 6. | Спортивные игры и упражнения | Ежедневно напрогулке | ИФК, воспитатели |
| 7. | Индивидуальная и дифференцированная работа (с детьми, имеющими отклонения в физическом и двигательном развитии) | ежедневно |  ИФК |
| 8. | Спортивный досуг | 1 раз в месяц | ИФК, муз.руководитель, воспитатели |
| 9. | День здоровья | 2раз в год | ИФК, воспитатели |
| 10. | Физкультурный праздник | 2раза в год | ИФК, муз.руководитель, воспитатели |
| 11. | Физкультурно-оздоровительный кружок «Спортик» | 1раз в неделю | ИФК |

# Массовые мероприятия

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
| **1.** | «День знаний» | Сентябрь | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,воспитатели, ИФК |
| **2.** | «День здоровья» | 2раза в год | воспитатели, ИФК |
| **3.** | «День защитника Отечества» | Февраль | Музыкальный руководитель, воспитатели, ИФК |
| 4. | «Проводы Зимы» | Март | Музыкальный руководитель, воспитатели, ИФК |
| 5. | «Подтянись к движению ГТО и будь в спорте». Единый день ГТО» | Апрель | воспитатели, ИФК |
| 6. | «День победы» | Май | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,педагоги, ИФК |
| 7. | Акция по пропаганде физическойкультуры, спорта и здорового образа жизни | Май | ИФК |
| 8. | Мини-футбол «Дебют» | Май | ИФК |
| 9 | «День защиты детей» | Июнь | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,воспитатели, ИФК |
| 10. | Окружная Спартакиада «Здоровые Дети для сильной России» | Июнь | ИФК, Музыкальный руководитель, старший воспитатель, воспитатели |
| 11. | Малые летние Олимпийские игры | Июнь | ИФК, музыкальный руководитель, воспитатели |
| **Мероприятия с родителями** |
| 1. | Родительские собрания, рассматривающие вопросыформирования ЗОЖ и занятия спортом | 1раз в год | Воспитатели, ИФК |
| 2. | Консультационно – просветительская работа с родителями по проблемеУкрепления здоровья детей | ежемесячно | Воспитатели, ИФК |
| 3. | Оформление информационногоСтенда для родителей | В течение года | Воспитатели, ИФК |
| 4. | Обновление информации наофициальном сайте СП, освещающей проблемы формирования ЗОЖ у дошкольников | В течение года | ИФК, воспитатели,Администратор сайта |
| 5. | Ведение странички ВКонтакте, освещающей актуальные вопросы профилактики заболеваний иформирования ценностей ЗОЖ | В течение года | ИФК, воспитатели |
| 6. | Форум «Общение» Консультированиеродителей в течение года на сайте детского сада. | В течение года | ИФК, психолог, воспитатели |
| 7. | День Здоровья. «Мама, папа, я - спортивная семья» | 2 раза в год | ИФК, воспитатели |
| 8. | Семейный клуб «Факел здоровья» | 3раза в год | ИФК, психолог |
| **Мероприятия с сотрудниками** |
| 1. | Педагогический совет, посвященный вопросам формирования у детей дошкольного возраста потребности в здоровом образе жизни и интереса к занятиям спортом | По плану | руководитель, старший воспитатель,методист, ИФК, воспитатели |
|  | Педагогический калейдоскоп«Час здоровья педагога» | Октябрь ЯнварьМарт | ИФК, психолог |
| 2. | День здоровья.«Педагогическая подзарядка» | Апрель | ИФК, музыкальный руководитель |
| 3. | Мастер-класс «Гимнастика пробуждения Мы проснулись» | Ноябрь | ИФК |
| 4. | Фотоконкурс «Самая спортивная группа » | Май | ИФК |
| 5. | Помощь в оформлении наглядной информации для родителей | В течение года | ИФК |

**Организация мероприятий досугов и праздников**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| ***сентябрь*** | «Прогулка в осеннем лесу с любимой игрушкой» | ««Советы доктора Градусника» | «Если с другом вышел в путь» | «День знаний» |
| ***Октябрь*** | «В гостях у Айболита» | «Давайте жить дружно!» | Весёлая рыбалка | Весёлые старты«Осень спортивная» |
|  | *ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ* |
| ***Ноябрь*** | «Осенняя овощная сказка» | "Магазинспортивнойигрушки" | «Посмотри, как край хорош – лучше края не найдёшь» | Праздник с родителями«Турнир здоровячков» |
| ***Декабрь*** | «Карнавал животных» | «Мы мороза не боимся» | «Зимняя олимпиада». | «В гостях у сказки» |
| ***Январь*** | «Приключения Умки» | Весёлая эстафета «Ах, вы сани, мои сани!» | Весёлые старты с родителями «Разморозною зимой» | «Русский ниндзя» |
| *ЗИМНИЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК* |
| ***Февраль*** | « «Тропинка здоровья» | «Наша армия сильна» | «Мы растём здоровыми» | «Курсы молодого бойца в Простоквашино». |
| ***Март*** | «Паровозик Букашка» | «При солнышке тепло, при матери – добро» | «Чемпионы страны» | «А ну-ка,девочки!» |
| ***Апрель*** | «СказочноеПутешествие гномов» | «Путешествие в космос» | «Космодром здоровья» | «Космическоепутешествие» |
| *ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ* |
| ***Май*** | «На сказочномстадионе» | «Вот и лето пришло» | «Волшебница вода» | «В поисках флага» |

**Тематика бесед с детьми подготовительной к школе группы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Тема беседы | Цель беседы |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сентябрь | *«Что такое осанка?»* | Побеседовать с детьми о связи состояния здоровья и характером движения; об умении держать спину прямо. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Октябрь | *«Волшебство движения»* | Увеличение двигательной активности ребёнка, воспитание желания ежедневно делать зарядку. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ноябрь | *«Что такое сила»* | Побеседовать о том, что только сильный человек может помогать окружающим людям; закреплять желание заниматься физическими упражнениями. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декабрь | *«Режим дня: для чего он нужен?»* | Формировать у детей навыки здорового образа жизни, связанные с режимом дня; умение выполнять действия, соответствующие режиму дня (зарядка, гигиенические процедуры, прогулка и т.д.). |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Январь | *«Волшебство мужества»* | Научить детей понимать, что нужно преодолевать страх; рассказать, как нужно поступать в ситуации, когда страшно. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Февраль | *«Дыхание – основа жизни»* | Закрепление  приёмов дыхательной гимнастики; объяснить детям, чем полезна дыхательная гимнастика. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Март | *«Для чего нужно закаливание?»* | Побеседовать с детьми о способах закаливания организма. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Апрель | *«Опора нашего организма»* | Познакомить детей с функцией скелета; закреплять желание детей заниматься физическими упражнениями. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Май | *«Сердце я своё берегу»* | Побеседовать с детьми о том, как работает наше сердце, какое его назначение. |

Список используемой литературы:

(подготовительная к школе группа)

1. М.Л. Лазарев «Здравствуй». Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных учреждений.
2. С.А. Понамарёв «Растите малышей здоровыми». Физкультурная библиотека родителей.
3. А.П. Шербак «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении».
4. М.Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой».

***Тематика бесед с детьми старшей группы***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Тема беседы | Цель беседы |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сентябрь | *«Гигиена – для чего она нужна?»* | Закрепить знания детей о личной гигиене; вырабатывать осознанное желание заниматься физкультурой. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Октябрь | *«Игры во дворе»* | Побеседовать с детьми о том, что не все игры бывают безопасными. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ноябрь | *«Бодрость с самого утра»* | Формировать ежедневную привычку делать утреннюю зарядку. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декабрь | *«Для чего нужно укреплять наш организм?»* | Побеседовать с детьми о том, что активные движения укрепляют наш организм. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Январь | *«Лыжи и санки наши друзья»* | Побеседовать с детьми о правилах катания на лыжах и санках; развивать интерес к зимним видам спорта. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Февраль | *«Правильная осанка»* | Рассказать детям о необходимости соблюдения правильной осанки; закреплять желание заниматься физкультурой, играть в подвижные игры. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Март | *«Ура! Подвижная игра!»* | Выявить знания детей о подвижных играх; повысить интерес к подвижным играм. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Апрель | *«Любимый велосипед»* | Побеседовать с детьми о правилах катания на велосипеде. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Май | *«Мы любим воду»* | Закрепить знания детей о правилах поведения на воде. |

Список используемой литературы:

(старшая группа)

1. Л.Ф. Островская «Пусть ребёнок растёт здоровым».
2. М.Л. Лазарев «Здравствуй».
3. Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей».
4. В.С. Преображенский «Советы доктора ФиС детям и родителям».
5. Р.В. Тонкова-Ямпольская, Т.Я. Черток «Ради здоровья детей».

***Тематика бесед с детьми средней группы***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Тема беседы | Цель беседы |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сентябрь | *«На зарядку становись!»* | Повышение двигательной активности ребёнка; воспитание желания ежедневно делать зарядку. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Октябрь | *«Для чего нужен сон?»* | Закрепление знаний детей о том, что дневной сон нужен для того, чтобы организм отдыхал. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ноябрь | *«Не боимся мы простуды!»* | Побеседовать с детьми о необходимости закаливания организма. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декабрь | *«Мы всегда моем руки»* | Закрепление гигиенических навыков, переходящих в привычку. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Январь | *«Дорожная азбука»* | Побеседовать с детьми о правилах дорожного движения, обязательных для всех. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Февраль | *«Как мы дышим»* | Освоение первичных приёмов дыхательной гимнастики. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Март | *«Мы растём»* | Побеседовать с детьми о том из чего состоит наш организм. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Апрель | *«Волшебство защиты слабых»* | Воспитывать у мальчиков ответственность за девочек. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Май | *«Волшебство мужества»* | Научить детей понимать, что страх нужно преодолевать. |

Список используемой литературы:

(средняя группа)

1. М.Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой».
2. Р.В.Тонкова-Ямпольская, Т.Я. Черток «Ради здоровья детей».
3. М.Л. Лазарев «Здравствуй!».
4. А.П. Щербак «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении».

***Тематика бесед с детьми II младшей группы***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Тема беседы | Цель беседы |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сентябрь | *«На зарядку становись!»* | Повышение двигательной активности детей; воспитание желания ежедневно делать зарядку. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Октябрь | *«Водичка, водичка, умой моё личико!»* | Закрепление гигиенических навыков у детей. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ноябрь | *«Дружные ребята»* | Закрепление у детей умения играть в подвижные игры. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Декабрь | *«Полезные витамины»* | Побеседовать с детьми о том, что полезные витамины находятся в полезных продуктах. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Январь | *«Как мы дышим»* | Упражнять детей в носовом дыхании. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Февраль | *«Мы всё умеем делать сами»* | Формировать у детей желание самостоятельно выполнять задания взрослого. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Март | *«Для чего нужен сон?»* | Побеседовать с детьми о том, что дневной сон необходим организму. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Апрель | *«Мы растём!»* | Побеседовать с детьми о строении нашего организма. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Май | *«Дорожная азбука»* | Побеседовать с детьми о поведении на дороге. |

Список используемой литературы:

(II младшая группа)

1. М.Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой».
2. А.П. Щербак «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении».
3. М.Л. Лазарев «Здравствуй!».
4. В.С. Преображенский «Советы доктора ФиС детям и родителям».

# Методическая работа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Мероприятия | Сроки реализации |
| 1 | Диагностика уровня физической подготовленности детей; обработка данных мониторинга; оформление диагностических карт | Сентябрь, январь, май |
| 2 | Участие в методической работе ДОУ (выступления на педагогических советах и семинарах) | В течение года |
| 3 |  Самообразование. Изучение методической литературы | В течение года |

**Преемственность со школой**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание | Срокипроведения | Ответственные |
| 1. | Посещение урока физкультуры ГБОУСОШ №7 с детьми подготовительной к школе группы | Октябрь | Инструктор по физической культуре. Воспитатель группы.Учитель по физической культуре СОШ №7. |
| 2. | Совместное спортивное развлечение дошкольников подготовительных групп и учеников 1 класса ГБОУ«СОШ№7» | Март | Инструктор по физической культуре. Воспитатель группыУчитель по физической культуре СОШ№7 Учителя 1 класса |