**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

Ильясова Ю. Ю.

ПЛАН РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

СП «ДЕТСКИЙ САД ПЛАНЕТА ДЕТСТВА».

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

# 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.

# Задача для работы с семьей:

# 1. Взаимодействие ДОУ и семьи по формированию активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка.

# 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.
* Воспитание у детей интереса к занятиям физической культуры. Формирование потребности в физическом совершенствовании, вооружение знаниями, умениями и навыками, воспитание привычки и 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 физкультурных  упражнений для ЧБД | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 2. | Соблюдение температурного  режима в течение дня | ежедневно | воспитатели |
| 3. | Умывание холодной водой | ежедневно | воспитатели |
| 4. | Воздушные ванны | ежедневно | воспитатели |
| 5. | Солнечные ванны | ежедневно | воспитатели |
| 6. | Прогулки 2 раза в день | ежедневно | воспитатели |
| 7. | Соблюдение графика  проветривания | ежедневно | воспитатели |
| 8. | Гимнастика после сна | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 9. | Дыхательная гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 10. | Пальчикова гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 11. | Корригирующая гимнастика | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 12. |  |  |  |
| **Двигательная деятельность** | | | |
| 1. | Оздоровительные паузы в процессе организации совместной деятельности детей и педагогов: пальчиковая гимнастика,  физминутки, гимнастика для глаз ежедневно воспитатели | ежедневно | Воспитатели |
| 2. | НОД «Физическая культура» (в физкультурном зале)  НОД «Физическая культура» (на воздухе с детьми старшего  дошкольного возраста) | 2 раза в неделю  1 раз в неделю | ИФК,  воспитатели |
| 3. | Утренняя гимнастика ежедневно | ежедневно | ИФК, воспитатели |
| 4. | Самостоятельная двигательная  деятельность | ежедневно | Воспитатели |
| 5. | Подвижные игры | ежедневно на  прогулке | ИФК, воспитатели |
| 6. | Спортивные игры и упражнения | ежедневно на  прогулке | 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 | 2 раз в год | ИФК, воспитатели |
| 10. | Физкультурный праздник | 2 раза в год | ИФК, воспитатели, муз.  руководитель |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11. | Физкультурно-оздоровительный кружок «Спортик» | 1 раз в неделю | ИФК |

# Массовые мероприятия

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
| **1.** | «День знаний» | Сентябрь | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,  воспитатели, ИФК |
| **2.** | «День здоровья» | 2 раза 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 | ИФК |
| 6. | «День победы» | Май | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,  воспитатели, ИФК |
| 7. | Акция по пропаганде физической  культуры, спорта и здорового образа жизни | Май | воспитатели, 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 | Музыкальный руководитель, старший воспитатель,  воспитатели, ИФК |
| 11. | Малые летние Олимпийские игры | Июнь | ИФК,  муз. руководитель, воспитатели |
| **Мероприятия с родителями** | | | |
| 1. | Родительские собрания, рассматривающие вопросы  формирования ЗОЖ и занятия спортом | 1раз в год | Воспитатели, ИФК |
| 2. | Консультационно – просветительская работа с родителями по проблеме  укрепления здоровья детей | ежемесячно | Воспитатели, ИФК |
| 3. | Оформление информационного  стенда для родителей | в течение года | Воспитатели, ИФК |
| 4. | Обновление информации на  официальном сайте СП, освещающей  проблемы формирования ЗОЖ у дошкольников | в течение года | ИФК, воспитатели,  администратор сайта |
| 5. | Ведение странички ВКонтакте, освещающей актуальные вопросы профилактики заболеваний и  формирования ценностей ЗОЖ | в течение года | ИФК, воспитатели |
| 6. | Форум «Общение». *Консультирование*  *родителям 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 |
| 8. | Семейный клуб «Факел здоровья» | 3 раза 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 калейдосоп  «Час здоровья педагога» | Октябрь Январь Март | ИФК, психолог |
| 2. | День здоровья.  Взаимодействие педагогов в процессе физкультурно-оздоровительной работы.  Спортивное развлечение  «Педагогическая подзарядка ». | Апрель | ИФК, музыкальный руководитель |
| 3. | Мастер-класс Гимнастика пробуждения «Мы проснулись» | Ноябрь | ИФК |
| 4. | Фотоконкурс «Самая спортивная группа» | Май | ИФК |
| 5. | Помощь воспитателям 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*** | «На лужайке попляшем вместе с зайкой» | «Прогулка в лес» | «Весёлые туристы» | Весёлы старты  «Сороконожки» |
| ***Октябрь*** | День здоровья развлечение «Мойдодыр» | «По следам Осени» | Весёлая рыбалка | «Осенние старты |
|  | *ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ* | | | |
| ***Ноябрь*** | «Дружная семья» | «Под грибком» | «Путешествие  в страну Светофорию» | Праздник с родителями «Турнир здоровячков». |
| ***Декабрь*** | «Прогулка в лес» | «В гостях у бабушки Метелицы» | «В гостях у сказки» | «Путешествие в  Спортландию» |
| ***Январь*** | «Зимнее приключение» | Зимние забавы | Весёлые старты с родителями «Раз морозною  зимой» | «Форд Боярд» |
| *ЗИМНИЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК* | | | | |
| ***Февраль*** | «Наша армия сильна» | «Будем как солдаты» | «Будем в армии служить и Отчизной  дорожить». | «Как баба Яга провожала в армию домовенка Кузю». |
| ***Март*** | «Русские забавы» | «Мы растём здоровыми» | «К нам в гости спешит добрый  доктор Айболит» | «Там на неведомых дорожках» |
| ***Апрель*** | «Путешествие капельки» | «Путешествие  в космос» | «Школа юных  космонавтов» | «Космическое  путешествие» « |
|  | | *ДЕНЬ*  *ЗДОРОВЬЯ* |  |  |
| ***Май*** | «Есть у солнышка дружок» | «День Здоровья» | «Если с другом вышел в путь» | «Путешествие в Спортландию» |

# Тематика бесед с детьми разного возраста

**Младшая группа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема беседы** | **Цель беседы** |
| Сентябрь | *«Я – человек»* | Формирование представления детей о строении нашего организма |
| Октябрь | *«Водичка, водичка, умой моё*  *личико!»* | Закрепление гигиенических  навыков у детей. |
| Ноябрь | *«Дружные ребята»* | Закрепление у детей умения играть в подвижные игры. |
| Декабрь | *«О пользе движения»* | Повышение двигательной активности детей; воспитание желания ежедневно делать зарядку. |
| Январь | *«Как мы дышим»* | Упражнять детей в носовом дыхании. |
| Февраль | *«Мы всё умеем делать сами»* | Формирование у детей желания самостоятельно выполнять задания взрослого. |
| Март | *«Для чего нужен сон?»* | Побеседовать с детьми о том, что  дневной сон необходим организму. |
| Апрель | *«Полезные витамины»* | Побеседовать с детьми о том, что полезные витамины находятся в полезных продуктах. |
| 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».

# Средняя группа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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».

# Старшая группа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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».

# Подготовительная группа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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».

# Диагностика

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Сроки реализации | Контингент воспитанников | Ответственный |
| 1 | Вводная диагностика развития детей образовательной области  «Физическое развитие» | Сентябрь | Все возрастные группы | Инструктор по физической культуре |
| 2 | Промежуточная диагностика развития детей образовательной области  «Физическое развитие» | Январь | Все возрастные группы | Инструктор по физической культуре |
| 3 | Итоговая диагностика развития детей образовательной области  «Физическое развитие» | Май | Все возрастные группы | Инструктор по физической культуре |

**Преемственность со школой**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Содержание | Сроки  проведения | Ответственные |
| 1. | Посещение урока физкультуры ГБОУ СОШ №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 группы  Учитель по физической культуре СОШ №7. учителя 1 класса |