**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ НА 2019-2020Г.**

**ПО ПРОГРАММЕ ЗДОРОВЬЯ**

**ИНСТРУКТОР ФК**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Организационно-педагогическая работа | Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом  | Работа с детьми | Взаимодействие с родителями  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Сентябрь | 1. Оформление карт диагностического развития. 2. Обработка данных мониторинга физического развития детей младшего, среднего и старшего возрастов. | 1. Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников.2. Выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год. | 1. Провести мониторинг физического развития детей младшего, среднего и старшего возрастов | 1. Выступить на родительских собраниях: «Основы здорового образа жизни» |
| Октябрь | 1. Пополнение физкультурного оборудования в зале  | 1. Провести консультацию для воспитателей «Гигиеническое значение физкультурной формы» | 1. Провести физкультурный досуг: «День здоровья» (младшая, средние и старшая группы). | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Дыхательная гимнастика для часто болеющих детей»  |
| Ноябрь | 1. Пополнять фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики. | 1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно-оздоровительной деятельности на улице» | 1. Провести физкультурные досуги: «День мяча» (младшая, средние и старшая группы) | 1. Провести индивидуальные консультации на тему «Закаливания детей в детском саду и в домашних условиях» |
| Декабрь | 1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудование, для повышения интереса воспитанников к физической культуре | 1. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провести «День здоровья» | 1. Подготовка к новому году. 2. Постановка танцев к утреннику для старших и подготовительных групп. | 1.​ Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Осанка вашего ребёнка» |
| Январь | 1. Обновить карты диагностического обследования, обработать результат.2. Пополнение игротеки подвижных игр большой и средней подвижности в старшей возрастной группе. | 1. Провести консультации с воспитателями по физическому развитию младших дошкольников в свете ФГОС.2. Консультации с логопедом по составлению комплексов пальчиковой гимнастики для воспитанников. | 1. Провести физкультурный досуг «Народные подвижные игры» (средние группы) | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Это легко и просто» о совместных занятиях с детьми дома. |
| Февраль | 1. Оформить музыкальный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества» | 1.Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества». | 1. Провести праздник для детей и их родителей «День защитника Отечества» | 1. Организовать фотовыставку «Мы – защитники!».2. Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества». |
| Март | 1. Для развития волевых усилий и сохранения устойчивого интереса воспитанников внедрение нестандартного оборудования к проведению игр большой и средней подвижности | 1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «Масленица» | 1. Провести физкультурный досуг «День игры» (младшая, средние и старшая группы)2. Провести музыкально-спортивное развлечение для младшей и средних групп «Масленица» | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Почему подвижные игры с детьми важны?» |
| Апрель | 1. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период2. Оформить зал к проведению спортивного досуга «Мы - космонавты» | 1.​ Индивидуальные консультации для воспитателей «Повышение двигательной активности на прогулках»2.​ Совместно с воспитателями подготовить атрибуты для досуга. | 1. Провести физкультурный досуг: «Мы — космонавты»(младшая, средние и старшая группы) | 1. Провести для родителей открытые занятия. |
| Май | 1. Обработка данных итогового мониторинга детей среднего и старшего возраста2. Составление плана индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам мониторинга | 1.Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников, на итоговом педагогическом совете. Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период. | 1. Провести мониторинг физического развития детей (младшая, средние и старшие группы)2. Подготовка к выпускному.3. Разучить танцы с подготовительными группами | 1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за уч. год2. Провести индивидуальные беседы по результатам мониторинга физического развития дошкольников на конец учебного года |
| Ежемесячно | 1. Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей2. Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ3. Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями4. Подготовка атрибутов для физкультурных досугов | 1. Проводить индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений2. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого3. Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми | 1. Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми2. Проводить физкультурные досуги | 1. Организовать фото и видео съёмку физкультурных занятий, досугов и праздников для оформления фотоотчетов, альбомов. |

**УТВЕРДЖАЮ**

**Заведующий МДОУ «Детский сад № 214»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А.Збаранская**

 **Приказ №**

**Годовой план работы инструктора по физической культуре Мамоновой С.А.**

**МДОУ детский сад № 214 на 2019-2020 учебный год**

Цели:

- достижение гармоничного физического и психического развития воспитанников;

- развитие физических качеств и накопление двигательного опыта, как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- формировать первичные представления о себе, собственных двигательных воображениях для освоения двигательных возможностей;

- использовать лечебно-оздоровительные методики (координирующая и дыхательная гимнастики, точечный массаж) для развития функциональных способностей организма;

- поддерживать олимпийское движение, пропагандировать здоровый образ жизни.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Организационно-педагогическая работа | Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом  | Работа с детьми | Взаимодействие с родителями  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Сентябрь | 1. Оформление карт диагностического развития. 2. Обработка данных мониторинга физического развития детей младшего, среднего и старшего возрастов. | 1. Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников.2. Выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год. | 1. Провести мониторинг физического развития детей. | 1. Выступить на родительских собраниях: «Основы здорового образа жизни» |
| Октябрь | 1. Пополнение физкультурного оборудования. | 1. Провести консультацию для воспитателей «Дыхательная гимнастика для детей» | 1. Провести физкультурный досуг: «Мы здоровье сбережем» | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Дыхательная гимнастика для детей»  |
| Ноябрь | 1. Пополнять фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики. | 1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно-оздоровительной деятельности на улице» | 1. Провести физкультурные досуги: «День игры» (младшая, средняя группа) | 1. Провести индивидуальные консультации на тему «Закаливания детей в детском саду и в домашних условиях» |
| Декабрь | 1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудование, для повышения интереса воспитанников к физической культуре | 1. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провезти Новогодние утренники. | 1. Подготовка к новому году. | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Зимние подвижные игры» |
| Январь | 1. Обновить карты диагностического обследования, обработать результат.2. Пополнение игротеки подвижных игр большой и средней подвижности в старшей возрастной группе. | 1. Провести консультации с воспитателями «Роль воспитателя на непосредственно образовательной деятельности по физической культуре» | 1. Провести физкультурный досуг «Зимние забавы»  | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Это легко и просто» о совместных занятиях с детьми дома. |
| Февраль | 1. Оформить музыкальный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества» | 1.Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества». | 1. Провести праздник для детей и их родителей «День защитника Отечества» | 1. Организовать фотовыставку «Мы – защитники!».2. Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества». |
| Март | 1. Для развития волевых усилий и сохранения устойчивого интереса воспитанников внедрение нестандартного оборудования к проведению игр большой и средней подвижности | 1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «Масленица» | 1. Провести физкультурный досуг «Мы спортсмены» 2. Провести музыкально-спортивное развлечение «Масленица» | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Почему подвижные игры с детьми важны?» |
| Апрель | 1. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период2. Оформить зал к проведению спортивного досуга «Мы - космонавты» | 1.​Индивидуальные консультации для воспитателей «Укрепляем здоровье»2.​ Совместно с воспитателями подготовить атрибуты для досуга. | 1. Провести физкультурный досуг: «День здоровья» | 1. Провести для родителей открытые занятия. |
| Май | 1. Обработка данных итогового мониторинга детей среднего и старшего возраста2. Составление плана индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам мониторинга | 1.Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников, на итоговом педагогическом совете. Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период. | 1. Провести мониторинг физического развития детей (младшая, средние и старшие группы)2. Подготовка к выпускному. | 1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за уч. год2. Провести индивидуальные беседы по результатам мониторинга физического развития дошкольников на конец учебного года |
| Июнь | 1. Разработать сценарий спортивного праздника «День защиты детей». Подготовить атрибуты и оформить спортивную площадку для проведения физкультурного праздника | 1. Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями подготовить материал для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей2. Подобрать материал для воспитателей о формах и методах закаливания в летнее время  | 1. Провести музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей. | 1. Подготовить наглядную агитацию (папка-передвижка) «Чем занять ребенка летом». |
| Июль | 1. Подготовка атрибутов и оформление площадки для провидения физкультурного досуга «День Нептуна» | 1. Провести консультацию для воспитателей «Подвижные народные игры» | 1. Провести физкультурный досуг «День Нептуна» (средние и старшие группы) | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «О пользе водных, солнечных и воздушных процедур и техники безопасности в летний период» |
| Август | 1. Подготовка документации на начало учебного года2. Составление годового плана работы по разделу «Физическое воспитание»3. Анализ физкультурной работы за летний период | 1. Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных уголков к началу учебного года в соответствии с возрастными особенностями воспитанников | 1. Провести физкультурный досуг «Летние Олимпийские игры» (старшие группы)2. Провести физкультурный досуг«Праздник смеха»  | 1. Провести индивидуальные консультации для родителей «Исправляем осанку детей» |
| Ежемесячно | 1. Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей2. Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ3. Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями4. Подготовка атрибутов для физкультурных досугов | 1. Проводить индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений2. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого3. Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми | 1. Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми2. Проводить физкультурные досуги | 1. Организовать фото и видео съёмку физкультурных занятий, досугов и праздников для оформления фотоотчетов, альбомов. |

**УТВЕРДЖАЮ**

**Заведующий МДОУ «Детский сад № 73»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.А.Ступикова**

 **Приказ №**

**Годовой план работы инструктора по физической культуре Мамоновой С.А.**

**МДОУ детский сад № 73 на 2019-2020 учебный год**

Цели:

- достижение гармоничного физического и психического развития воспитанников;

- развитие физических качеств и накопление двигательного опыта, как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- формировать первичные представления о себе, собственных двигательных воображениях для освоения двигательных возможностей;

- использовать лечебно-оздоровительные методики (координирующая и дыхательная гимнастики, точечный массаж) для развития функциональных способностей организма;

- поддерживать олимпийское движение, пропагандировать здоровый образ жизни.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц | Организационно-педагогическая работа | Методическая работа по взаимодействию с педагогическим составом  | Работа с детьми | Взаимодействие с родителями  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Сентябрь | 1. Оформление карт диагностического развития. 2. Обработка данных мониторинга физического развития детей младшего, среднего и старшего возрастов. | 1. Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников.2. Выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год. | 1. Провести мониторинг физического развития детей. | 1. Выступить на родительских собраниях: «Основы здорового образа жизни» |
| Октябрь | 1. Пополнение физкультурного оборудования. | 1. Провести консультацию для воспитателей «Дыхательная гимнастика для детей» | 1. Провести физкультурный досуг: «ПДД- должен знать каждый ребенок» | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Дыхательная гимнастика для детей»  |
| Ноябрь | 1. Пополнять фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики. | 1. Провести индивидуальные консультации для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно-оздоровительной деятельности на улице» | 1. Провести физкультурные досуги: «День игры» (младшая, средняя группа) | 1. Провести индивидуальные консультации на тему «Закаливания детей в детском саду и в домашних условиях» |
| Декабрь | 1. Изготовление нестандартного физкультурного оборудование, для повышения интереса воспитанников к физической культуре | 1. Совместно с воспитателями, музыкальным руководителем подготовить и провезти Новогодние утренники. | 1. Подготовка к новому году. | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Зимние подвижные игры» |
| Январь | 1. Обновить карты диагностического обследования, обработать результат.2. Пополнение игротеки подвижных игр большой и средней подвижности в старшей возрастной группе. | 1. Провести консультации с воспитателями «Роль воспитателя на непосредственно образовательной деятельности по физической культуре» | 1. Провести физкультурный досуг «Зимние забавы»  | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Это легко и просто» о совместных занятиях с детьми дома. |
| Февраль | 1. Оформить музыкальный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества» | 1.Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества». | 1. Провести праздник для детей и их родителей «День защитника Отечества» | 1. Организовать фотовыставку «Мы – защитники!».2. Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества». |
| Март | 1. Для развития волевых усилий и сохранения устойчивого интереса воспитанников внедрение нестандартного оборудования к проведению игр большой и средней подвижности | 1. Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «Масленица» | 1. Провести физкультурный досуг «Мы спортсмены» 2. Провести музыкально-спортивное развлечение «Масленица» | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «Почему подвижные игры с детьми важны?» |
| Апрель | 1. Составление плана физкультурно-оздоровительной работы на летний период2. Оформить зал к проведению спортивного досуга «Мы - космонавты» | 1.​Индивидуальные консультации для воспитателей «Укрепляем здоровье»2.​ Совместно с воспитателями подготовить атрибуты для досуга. | 1. Провести физкультурный досуг: «День здоровья» | 1. Провести для родителей открытые занятия. |
| Май | 1. Обработка данных итогового мониторинга детей среднего и старшего возраста2. Составление плана индивидуальной работы с детьми на летний период по результатам мониторинга | 1.Познакомить воспитателей с результатами мониторинга воспитанников, на итоговом педагогическом совете. Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период. | 1. Провести мониторинг физического развития детей (младшая, средние и старшие группы)2. Подготовка к выпускному. | 1. Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за уч. год2. Провести индивидуальные беседы по результатам мониторинга физического развития дошкольников на конец учебного года |
| Июнь | 1. Разработать сценарий спортивного праздника «День защиты детей». Подготовить атрибуты и оформить спортивную площадку для проведения физкультурного праздника | 1. Совместно с музыкальным руководителем и воспитателями подготовить материал для проведения музыкально-спортивного праздника, посвящённого Дню Защиты детей2. Подобрать материал для воспитателей о формах и методах закаливания в летнее время  | 1. Провести музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей. | 1. Подготовить наглядную агитацию (папка-передвижка) «Чем занять ребенка летом». |
| Июль | 1. Подготовка атрибутов и оформление площадки для провидения физкультурного досуга «День Нептуна» | 1. Провести консультацию для воспитателей «Подвижные народные игры» | 1. Провести физкультурный досуг «День Нептуна» (средние и старшие группы) | 1. Подготовить наглядную консультацию (папка-передвижка) «О пользе водных, солнечных и воздушных процедур и техники безопасности в летний период» |
| Август | 1. Подготовка документации на начало учебного года2. Составление годового плана работы по разделу «Физическое воспитание»3. Анализ физкультурной работы за летний период | 1. Подготовить рекомендации по оформлению и содержанию физкультурных уголков к началу учебного года в соответствии с возрастными особенностями воспитанников | 1. Провести физкультурный досуг «Летние Олимпийские игры» (старшие группы)2. Провести физкультурный досуг«Праздник смеха»  | 1. Провести индивидуальные консультации для родителей «Исправляем осанку детей» |
| Ежемесячно | 1. Внесение изменений в календарные планы, учитывая результаты мониторинга воспитанников, анализ двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей2. Повышение самообразования по вопросам физического воспитания в ДОУ3. Знакомство с новинками литературы по физическому воспитанию детей, пополнение фонотеки новыми аудиозаписями4. Подготовка атрибутов для физкультурных досугов | 1. Проводить индивидуальную работу с ведущими праздников и развлечений2. Проводить консультации по содержанию и проведению физкультурных занятий, организовать совместную деятельность ребёнка и взрослого3. Давать рекомендации по проведению индивидуальной работы с детьми | 1. Проводить физкультурные занятия, утреннюю гимнастику, индивидуальную работу с детьми2. Проводить физкультурные досуги | 1. Организовать фото и видео съёмку физкультурных занятий, досугов и праздников для оформления фотоотчетов, альбомов. |

**Играем вместе!**

**Игры интересные и полезные дома**

Когда на улице ненастно, в эти веселые шумные игры можно отлично играть и в квартире

Ежедневные занятия гимнастикой необходимы детям для здорового развития и для того, чтобы выплеснуть избыток энергии. Хорошо, если они будут носить игровой характер, и особенно в плохую погоду, когда не выйдешь на улицу, а дома скучно. Да и папам с мамами пойдет на пользу, если они вместе с детьми как следует разомнутся и повеселятся.

Предлагаем для вас и ваших детей 19 веселых игр. Много места для них не потребуется, а необходимый реквизит имеется в каждом доме. Здесь важно не достижение спортивных результатов, а удовольствие, поэтому не должно быть никакой жесткой программы.

Эти игры развивают ловкость, подвижность, чувство равновесия и способность концентрироваться.

**Дерево**

Стоя на одной ноге, другую ногу согнуть и ступней упереться в колено первой ноги. Руки вытянуть вверх, чтобы кончики пальцев касались друг друга над головой (примерно с 4 лет).

**Змея**

Лечь на живот и проползти под столом и стульями (это доступно и "ползункам").

**Лифт**

Сесть на пол, ноги вытянуть, ступнями поднять подушку, мяч или коробку и снова опустить (примерно с 3 лет).

**Ловля ящерицы**

Один ребенок тянет, не отрывая от пола, длинный толстый шпагат. Другой пытается наступить ногой на конец шпагата и таким образом "поймать ящерицу". Чем меньше ребенок, тем медленнее надо двигать веревку (для детей, уже умеющих ходить).

**Бег с препятствиями**

Плюшевого мишку, кубики, игрушечный автомобиль и другие мелкие предметы положить в качестве препятствий на пол и перешагивать через них (примерно с 2 лет). Для детей постарше и взрослых игру можно усложнить, положив на голову подушку.

Задом наперед подниматься в гору. Опереться вытянутыми руками в пол, затем - ногами на скамейку (примерно с 5 лет).

**Подъемная платформа**

Сесть на пол, руками упереться сзади в пол, ноги и тело вытянуты. Оторвать тело от пола и медленно опуститься. Ваш малыш получит еще большее удовольствие, если при этом у него на животе "платформе" лежит его любимая мягкая игрушка (примерно с 4 лет).

Для шестилетних детей игру можно усложнить: ступни лежат не на полу, а на низкой скамеечке.

**Кенгуру**

Зажать воздушный шар (или мяч, что труднее) между ног и прыгать так по квартире (примерно с 5 лет). Воздушный шар надуть слабо, тогда он не лопнет так легко и нет опасности, что ребенок испугается.

**Бег за тенью**

Один идет по квартире и делает при этом смешные движения и жесты. Другой изображает его тень и пытается точно повторить все шаги и движения (примерно с 5 лет).

**Волнение на море**

Сесть друг против друга с широко разведенными ногами и взяться за руки. Попеременно нагибаться вперед, назад и в стороны, как на морских волнах (примерно с 4 лет). o Железная дорога. Один идет, держась за канат или палку, впереди, другой сзади. Один - паровоз, другой - вагон. Поезд едет через всю квартиру, вокруг столов и стульев, из комнаты в комнату (для умеющих ходить детей).

**Жонглер**

Балансировать надутым шаром на лбу или носу как можно дольше. Можно организовать настоящие соревнования (с 5 лет)

**Попади в медведя**

Веселое состязание для всей семьи: мягким мячом-липучкой надо попасть в мишень. В зависимости от того, куда попал, игрокам засчитывается определенное количество очков

**Тачка**

Пройтись на руках по квартире, но будьте осторожны, чтобы ребенок не ударился носом (с 5 лет)

**Гнезда аиста**

Шагать из одной коробки в другую, поднимая ноги, как аист -это сделать гораздо труднее, если коробки разной высоты (с 4 лет)

**Тропинка**

из листов бумаги ведет через всю квартиру. Надо наступить на каждый лист. Если не попал, отступаешь на один лист назад (с 3 лет)

**Мяч**

То медленно, то быстро толкать мяч своему партнеру. Чем старше дети, тем больше может быть расстояние.

**Мост**

Ребенок постарше (или кто-то из родителей) изображает мост, а младший - пароход, который проплывает под мостом (с 3 лет)

**Тушканчик**

Прыгать вперед и назад через палку или веревку (с 3 лет, с 5 лет - еще и задом наперед)