

**Пояснительная записка.**

План работы составлен в соответствии с ФГОС дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО) и с учетом Образовательной программы муниципального бюджетного образовательного учреждения детского сада присмотра и оздоровления «Колобок» г. Данилова Ярославской области. Все компоненты запланированной деятельности учитывают возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в дошкольном образовательном учреждении, а так же специфику ДОУ.

**Нормативно-правовая основа:**

* Закон «Об образовании»
* Конвенция о правах ребёнка
* СанПиН
* Образовательная программа дошкольного образования МБДОУ детского сада присмотра и оздоровления «Колобок»
* Должностная инструкция инструктора по ФК

**Цель (в соответствии с ФОП ДО)** - разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи (в соответствии с ФОП ДО)

**Методическая тема:** «Использование нейро игр и упражнений нейрогимнастики на занятиях по физической культуре с дошкольниками»

## Задачи инструктора по ФК в рамках темы:

1. Использовать здоровьесберегающихе технологии в работе с дошкольниками.
2. Изучить и внедрить в вовоспитательно-образовательный процесс технологию нейроигр
3. Интегрировать нейроигры и упражнения в занятия по физической культуре
4. Осуществлять взаимосвязь детского сада и семьи путем более тесного контакта; направление совместной работы на физическое развитие и становление личности детей.
5. Повышать компетентность педагогического состава ДОУ в области физического развития путем консультации, открытых занятий

**Контингент**, с которым проводится работа: дети группы «Цыплята» от 1 до 3 лет, «Муравьишки» от 2 до 6 лет, педагоги и родители детского сада «Колобок».

Направления работы:

1. Диагностическое
2. Двигательная деятельность
3. Консультативное
4. Просветительское и профилактическое
5. Методическая работа

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название работы** | **Контингент** | **Форма работы** | **Ответственный** | **Срок проведения** |
| **Дети** | | | | | |
| **Диагностическое направление** | | | | | |
| 1 | Мониторинг физического развития | Дети 1 – 7 лет | Индивидуальная | Воспитатели, медсестра | 1 этап: 3 – 4 неделя сентября\2 этап: 3 – 4 неделя мая |
| 2. | Диагностика уровня физической подготовленности | Дети 4 – 7 лет | Индивидуальная | Инструктор по ФК, воспитатели | 1 этап: 3 – 4 неделя сентября\2 этап: 3 – 4 неделя мая |
| **Двигательная деятельность** | | | | | |
| 3. | Утренняя гимнастика | Все группы | Групповая | Воспитатели групп или инструктор по физкультуре | ежедневно |
| 4. | Занятия по  физической культуре\* | Все группы | Групповая\ подгрупповая | Инструктор по ФК, воспитатели | 3 раза в неделю |
| 5. | Физкультминутки, физкультпаузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика. | Все группы | Групповая | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели | Ежедневно (во время утренних занятий, между занятиями) |
| 6. | Динамические паузы | Все группы | Групповая\  подгрупповая | Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели | Ежедневно |
| 7. | Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в  помещении и на прогулке | Все группы | Групповая\  подгрупповая\  индивидуальная | Воспитатели | Ежедневно |
| 8. | Подвижные игры | Все группы | Групповая\  подгрупповая\ | Воспитатели групп | Ежедневно |
| 9. | Гимнастика после  дневного сна | Все группы | Групповая | Воспитатели групп | Ежедневно |
| 10. | Спортивные упражнения | Дети 4-7 лет | Подгрупповая | Инструктор по ФК  Воспитатели | По календарному  плану |
| 11. | Спортивные игры | Дети 5 -7 лет | Подгрупповая | Инструктор по ФК  Воспитатели | По календарному плану |
| 12. | Физкультурные досуги | Все группы | Групповая | Инструктор по  физкультуре | 1 раз в месяц  По календарному плану |
| 13. | Физкультурные праздники | гр. «Муравьишки» | Групповая | Инструктор по ФК музыкальный руководитель воспитатели групп | 2 раза в год  По календарному плану |
| 14. | День Здоровья | Все группы (кроме детей 1-2 лет) | Групповая | Инструктор по ФК, музыкальный руководитель,  воспитатели групп | 1 раз в год  По календарному плану |
| 15. | Поход | Дети гр. «Муравьишки» | Групповая | Инструктор по ФК  Воспитатели | 1 раз в сезон = 4 раза в год  По календарному плану |
| 16. | Сдача норм ГТО  Районные лыжные соревнования, посвященные памяти Г.А. Казачковой | Дети 6 – 7 лет | Индивидуальная | Инструктор по ФК  Воспитатели | По плану МУЦОФОУ |
| **Просветительское направление** | | | | | |
| 17. | Экскурсия в ДЮСШ №2  в бассейн | Дети 3- 7 лет | Групповая | Инструктор по ФК  Воспитатели | По календарному плану |
| 18. | Экскурсия на хоккейный корт | Дети 5 -7 лет | подгрупповая | Инструктор по ФК | По календарному плану |
| 19. | Проект «Буду я здоров» | Дети 5 – 7 лет | Подгрупповая | Инструктор по ФК  Воспитатели | В течение года |
|  | **Профилактическая работа** | | | | |
| 20. | Гимнастика для глаз | Все дети | Групповая\  подгрупповая | Воспитатели | В течение года |
| 21. | Самомассаж | Все дети | Групповая\  подгрупповая | Инструктор по физической культуре,  воспитатели | 3 раза в неделю |
| 22. | Нейро игры, упражнения нейрогимнастики | Все дети | Групповая\  подгрупповая | Инструктор по ФК | 3 раза в неделю |
| 23. | Ходьба босиком | Все группы | Групповая\  подгрупповая\  индивидуальная | Воспитатели | После сна |
| 24. | Облегченная одежда детей | Все группы | Групповая\  подгрупповая\  индивидуальная | Воспитатели, младшие  воспитатели | В течение дня |
|  | Мытье рук, лица. | Все группы | Групповая\  подгрупповая\  индивидуальная | Воспитатели, младшие воспитатели | В течение дня |
| **Педагоги** | | | | | |
| **Методическая работа** | | | | | |
|  |  |  |  |  | Сентябрь |
|  | Консультации с воспитателями по результатам мониторинга и диагностики | Педагоги групп | Индивидуальная | Инструктор по ФК | В течение года |
|  | «Нейроигры в ДОО» | Все педагоги ДОУ | Консультация | Инструктор по ФК | Ноябрь |
|  | «Народные подвижные игры» | Все педагоги ДОУ | Консультация | Инструктор по ФК | Январь |
|  | «Эффективность физкультурно- оздоровительной работы в  2023 – 2024 уч. году» | Все педагоги ДОУ | Педсовет | Инструктор по ФК, медсестра, воспитатели | Май |
| **Родители (законные представители)** | | | | | |
|  | «Гигиеническое значение физкультурной формы» | Родители (законные представители) детей гр. «Муравьишки» | Индивидуальная | Инструктор по физической культуре, воспитатели | Сентябрь |
|  | Особенности развития детей в дошкольном возрасте.  Результаты диагностики физического состояния детей. | Родители (законные представители) детей гр. «Муравьишки» | Индивидуальная | Инструктор по физической культуре, воспитатели | В течение года |
|  | Согласие родителей детей 6 – 7 лет на участие детей в сдаче норм ГТО | Родители (законные представители) детей | Индивидуальная | Инструктор по физической культуре, воспитатели | Февраль |
|  | Двигательная активность ребенка дома.  Совместные занятия физическими  упражнениями детей и родителей | Родители (законные представители) | Родительское собрание | Инструктор по физической культуре,  воспитатели | По календарному плану работы с родителями |
|  | Спортивно-музыкальный досуг, посвященный Дню матери | Дети 3 – 7 лет | Открытое мероприятие | Инструктор по физической культуре,  воспитатели | Ноябрь |
|  | Спортивно-музыкальный досуг, посвященный Дню защитника  Отечества | гр. «Муравьишки» | Открытое мероприятие | Инструктор по физической культуре,  воспитатели | Февраль |

Перспективный план спортивных праздников, досугов, развлечений на 2023 – 24 учебный год

Физкультурные развлечения в группе «Цыплята»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Декабрь | Январь | Февраль | Март | Апрель | Май |
| «Веселое путешествие». | «В гостях у белочки» | «Поможем маме Лисе найти лисенка» | «Как котик со своими друзьями петушка спасал» | «Прогулка с Петрушкой» | «День защитников» | «Волшебные мячики» | «Мы растём здоровыми» | «Путешествие в весенний лес» |

Физкультурные развлечения и праздники в группе «Муравьишки»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Декабрь | Январь | Февраль | Март | Апрель | Май |
| «Мы – спортсмены» | «Осенние забавы» | «Моя мама самая спортивная» | «Зимние  состязания» | Зимняя олимпиада | «день защитника Отечества» | «Веселый светофор» | «Покорители космоса» | «День Победы» |

Приложение

Организация двигательного режима

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы организации** | **Гр. «Цыплята»** | **Гр. «Муравьишки»** | |
| Физкультурное занятие | 12-15 мин | 20 -30- мин (для детей младшей подгруппы нагрузка дозируется в зависимости от состояния) | |
| Утренняя гимнастика | 4-6 мин | 10 мин | |
| Подвижные игры и физические упражнения в  группе | Ежедневно 10 мин | Ежедневно 15 -20 мин | |
| Физминутка во время занятия | Ежедневно 1-3мин | | Ежедневно 3-5мин |
| Подвижная игра и физические упражнения на прогулке (утренняя и вечерняя) | Ежедневно 2 раза – 8-10 мин | Ежедневно 2 раза – 20 -25 мин | |
| Инд. раб. по развитию движений на прогулке | 6 -10 мин | 10 – 15 мин | |
| Гимнастика после  дневного сна | 4-6 мин | 5-10мин | |
| Спортивные развлечения | 10-15 мин | 20 - 30 мин | |
| Спортивные праздники |  | 40 мин/2р/г | |
| Самостоятельная двигательная деятельность | 10-15 мин | 20 – 25 мин | |

## Перечень программно-методического обеспечения.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от

17.10.2013г., № 1155

1. Примерная основная общеобразовательная программа «От рождения до школы». М.,

«Мозаик Синтез», 2012 год

1. Зырянова А.В. Методические рекомендации по организации и проведению экспертизы примерных основных образовательных программ всех уровней общего развития. Москва, 2013.
2. Журнал «Практика управления ДОУ», № 2, 2014. Андреенко Т.А., Алекинова О.В. Введение и реализация ФГОС ДО. План мероприятий.
3. Журнал «Справочник старшего воспитателя», № 3, 2014. Скоролупова О.А. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: организация внедрения в ДОО.
4. Маханева Н.Д. «Здоровый ребенок». Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе, методическое пособие.
5. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». СПБ «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011
6. Богина Т.Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». Метод. пособие. М

«Мозаика Синтез», 2005

1. Буцинская П.П. и др. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М

«Просвещение», 1990

1. Вареник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». М,ТЦ

«Сфера», 2008

1. Вихарева Г.Ф. «Споем, попляшем, поиграем». СПб «Музыкальная палитра», 2011 год
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: младший дошкольный возраст М.: Владос, 1999
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: средний дошкольный возраст М.: Владос, 2000
5. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: старший дошкольный возраст М.: Владос, 2001
6. Галицина Н.С., Бухарова Е.Е. «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников», М

«Скрипторий 2003», 2006

1. Давыдова М.А. «Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет». М, «ВАКО», 2007
2. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. Пособие. М.А Рунова, М. «Просвещение», 2006
3. Дик Н.Ф. «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников», М.ООО ТИД, 2007
4. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы и конспекты. Под ред. Т.С.Яковлевой. М, «Школьная Пресса», 2007
5. «Здоровячок».Система оздоровления дошкольников. Т.С.Никонорова, Е.М.Сергиенко, Воронеж, 2007
6. «Играй – не зевай. Подвижные игры с дошкольниками». М.Н.Дедулевич, М.

«Просвещение», 2007

1. Каплунова И., Новоскольцева И. «Праздник каждый день». Программа музыкального воспитания для детей младшей группы. СПб «Композитор», 1999 год.
2. Каплунова И., Новооскольцева И. «Праздник каждый день» конспекты музыкальных занятий с аудио приложением. Младшая группа. СПб «Композитор», 2007 год.

96

1. Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет», М «ТЦ Сфера», 2004
2. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М. «Просвещение», 1985
3. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы».СПб, «ДЕТСТВОПРЕСС»,2005
4. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников», М «ВАКО», 2005
5. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. «Физкультурные праздники в детском саду», М. «Айрис-

пресс», 2005

1. «Малыши, физкульт-привет!». М. «Скрипторий 2003», 2006
2. Миняева.С.А. «Подвижные игры дома и на улице». М «Айрис-пресс», 2007
3. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе

«Остров здоровья»». Е.Ю.Александрова. Волгоград, 2007

1. Павлова. П.А, Горбунова И.Е. «Расти здоровым, малыш!». М, «ТЦ Сфера», 2006
2. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–5 лет. М,

«Владос»,2003

1. Прохорова Г.А. «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет». М «Айрис-пресс», 2007
2. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам!». СПб «ДЕТСТВО-

ПРЕСС», 2004

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СПб. «ДЕТСРВО-ПРЕСС», 2010
2. Сауко Т, Буренина А . «Топ-хлоп, малыши!». Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3лет. СПБ, 2001 год
3. Сивцова А.М. «Здоровьсберегающие педагогические технологии в дошкольном образовательном учреждении». СПб: СПБАППО, 2008
4. Система мероприятий по оздоровлении детей о ДОУ. М.Н.Кузнецова, М «Айрис-

пресс», 2007

1. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
2. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. С.О.Филиппова. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005
3. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». М. «Мозаика-Синтез», 2006
4. Суворова Т. «Танцуй, малыш!». 1-2 часть. СПб, 2007 год.
5. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет».М,

«ГНОМ и Д», 2004

1. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет».М,

«ГНОМ и Д», 2003

1. Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. М. «Просвещение», 2008
2. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия . Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
3. Филиппова С.О. «Мир движений мальчиков и девочек». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001
4. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец «Фитнесс-Данс», СПБ

«Утор»», 2005

1. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 1999
2. Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста». М. «Просвещение», 1983
3. Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду». Упражнения для детей 5-7 лет. М. «Мозаика-Синтез», 2006