

МБДОУ детский сад №7 «Ягодка»

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

физкультурно-оздоровительной работы в старшей группе

Воспитатель: Гришина Е.В.

2018-2019 учебный год

Цель:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование их физического развития, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Охрана и укрепление здоровья детей.
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
- Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- Обеспечение физического и психического благополучия.

Физкультурно-оздоровительная работа в группе строится на основе программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Для решения программных задач созданы следующие условия: центр двигательной активности в группе; нестандартное физкультурное оборудование и инвентарь; оборудован физкультурный зал; имеются: спортивная площадка на территории детского сада, прогулочный участок.

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами развития речи, математики, конструирования.

Календарно - тематический принцип построения программы отражается как в перспективных планах, так и в системе планирования НОД.

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

- формирование навыков безопасного поведения («Безопасность»);
- побуждение детей к самооценке действий и поведения сверстников («Социализация»);
- участие детей в расстановке и уборке инвентаря и оборудования («Труд»);
- упражнения на ориентировку в пространстве, просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни («Познание»);
- поощрение речевой активности детей, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой («Коммуникация»);
- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек («Чтение художественной литературы»);
- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида, оформления помещения, рисование мелом разметки для подвижных игр («Художественное творчество»);
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение, проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера («Музыка»).

НАПРАВЛЕНИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ

❖ *Перспективное планирование работы по физической культуре*

- ✓ Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре
- ✓ Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность с семьёй
- ✓ Самостоятельная двигательная деятельность
- ✓ Физкультурно-массовая деятельность

❖ *Организационно-методическая деятельность*

- ✓ Социальное партнёрство. Работа с родителями воспитанников
- ✓ Организация развивающей среды
- ✓ Работа над методической темой

Система физкультурно-оздоровительной работы в группе

<i>Образовательное направление</i>	<i>Воспитательные задачи</i>	<i>Просветительская работа</i>	<i>Оздоровительное направление</i>
Формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, получение знаний о своём организме	Формирование устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями, воспитание потребности в здоровом образе жизни Восстановление традиций семейного воспитания и вовлечение семьи в образовательный процесс		Укрепление здоровья детей
<i>Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре.</i>	<i>Совместно - организованная физкультурно-оздоровительная деятельность</i>	<i>Самостоятельная двигательная деятельность</i>	<i>Физкультурно-оздоровительная и профилактическая работа в течение дня</i>
➤ <i>Физкультурные занятия:</i> ✓ Игровые ✓ Сюжетные ✓ Комплексные ✓ Тематические ✓ Танцевально-ритмические ✓ Сюжетно - игровые ✓ Комплексные ✓ Интегрированные ✓ Игровые беседы с элементами движений	➤ <i>Физкультурно-массовые мероприятия:</i> ✓ Физкультурные праздники ✓ Физкультурные досуги ✓ Неделя здоровья ✓ День здоровья ✓ Спортивные каникулы ✓ Игры-соревнования между возрастными	✓ Подвижные игры, спортивные игры (катание на лыжах, санках, велосипеде и.т. д.) ✓ «Час» двигательного творчества ✓ Динамический час на дневной прогулке: • «Школа мяча» • «Школа скакалки» ✓ Предметно-развивающая среда	✓ Утренняя гимнастика ✓ Бодрящая гимнастика после сна ✓ «Дорожка здоровья» ✓ Контрастные и воздушные ванны ✓ Гигиенические и водные процедуры ✓ Закаливающие мероприятия ➤ <i>Профилактические виды гимнастик:</i> ✓ Дыхательная

✓ Контрольно-проверочные ✓ «Забочусь о своём здоровье»	группами ✓ Валеологические праздники ➤ Взаимодействие с семьями: ✓ Совместные с родителями физкультурные досуги и праздники ✓ Совместный активный отдых (прогулки-походы) ✓ Консультации ✓ Индивидуальные рекомендации ✓ Совместные проекты		гимнастика ✓ Миогимнастика ✓ Закаливающее носовое дыхание
Подвижные игры, спортивные игры, физические упражнения в помещении, на свежем воздухе, ритмопластика, релаксация, психогимнастика, коррегирующая гимнастика, пальчиковая гимнастика			

Система работы по физической культуре с детьми

<i>Непосредственно образовательная деятельность</i>	<i>Формы совместной деятельности</i>		
	<i>Досуги</i>	<i>Праздники</i>	<i>Другие формы деятельности</i>
2 занятия по 25 минут в зале 1 занятие – 25 минут на улице во время прогулки	С октября по май 1 раз в месяц 2 раза в год совместно с родителями В летний период 1 раз в неделю	Зимний праздник Совместно с родителями: - к 23 февраля - День здоровья - Летний праздник	Все предусмотренные программой виды двигательной активности в режиме дня - ежедневно Соревнования по подвижным играм «Праздник эстафет» 7 апреля - День Здоровья Неделя здоровья Спортивные каникулы: «Меткий стрелок» «Весёлые старты» «Со скакалкой я дружу» «Мой весёлый звонкий мяч»

План участия в физкультурно - массовых мероприятий

<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки проведения</i>	<i>Место проведения</i>	<i>Участники</i>
«День спортивных игр» Совместный досуг	Октябрь	Музыкальный зал	Родители и дети
«Азбука безопасности» праздник	Деабрь	Музыкальный зал	Семьи воспитанников
Физкультурный праздник «Зимние забавы»	Январь - февраль	Территория ДОУ	Дети средней и старшей групп
Спортивно-музыкальный праздник «Мамы, дочери, папы и сыночки»	Февраль	Музыкальный зал	Родители и дети
День Здоровья День открытых дверей	Апрель	ДОУ №7	Родители и дети Сотрудники
Фотофестиваль «Физкульт – Ура»	Май	Музыкальный зал	Родители, воспитатель

Планирование вечеров досугов и праздников

<i>Месяц</i>	<i>Темы, название</i>
Сентябрь	Осень
Октябрь	День спортивных игр
Ноябрь	Тематическое развлечение «Красный, жёлтый, зелёный»
Декабрь	Тематический праздник «Азбука безопасности» Новый год
Январь	«Зимние забавы»
Февраль	«Морское путешествие» Спортивный праздник «Мамы, дочки, папы и сыночки»
Март	8 Марта Праздник эстафет «Весенняя капель»
Апрель	День здоровья День Космонавтики
Май	Лето

Перспективный план организационно - методической работы

<i>Организация развивающей среды и оснащение для двигательной деятельности детей</i>	
Оснащение центра двигательной деятельности	Пополнение нестандартного оборудования
<i>Участие в методической работе ДОУ</i>	
Мастер-класс для педагогов	«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»
<i>Участие в методической работе района</i>	
Публикации	Публикация для СМИ статьи «Ритмика для дошкольников» в журнале «Современное образование»
<i>Работа с родителями</i>	
Формы работы по воспитанию здорового ребёнка	Мастер-классы: «Дыхательная гимнастика для дошкольников», «Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ», тренинг «Здоровье наших детей – в наших руках», круглый стол «Здоровая семья – здоровый ребёнок»
Анкетирование	Какое место занимает физкультура в вашей семье?»
Интерактивное общение с родителями через мини - сайт воспитателя	Рекомендации по воспитанию здорового ребёнка
Совместные мероприятия	Праздник с родителями «Азбука безопасности», совместный досуг «День спортивных игр», семейные старты «Мамы дочки, папы и сыночки»

Перспективный план работы с родителями

<i>Месяц</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Тема</i>	<i>Оформление дополнительных материалов</i>
Сентябрь	Выступление на групповом родительском собрании	Физкультурно - оздоровительная работа детском саду	Подборка литературы
Октябрь	Анкетирование	Какое место занимает физкультура в вашей семье	Подготовка анкет, обработка результатов анкетирования
Ноябрь	Наглядная информация	Дыхательная гимнастика для дошкольников	Оформление стенда «Физкультура – это радость!»
Декабрь	Наглядная информация	Спортивная энциклопедия «Методические рекомендации родителям по укреплению здоровья детей»	Размещение рекомендации на мини-сайте воспитателя в разделе «Материалы для родителей»
Январь	Индивидуальные консультации	Физкультура – это радость!	Оформление наглядной информации для родителей
Февраль	Совместный спортивный праздник	Мама, дочка, папа и сыночки	Подготовка сценария и атрибутов к празднику
Март	Практическое занятие с родителями	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки	Рекомендации для занятий дома
Апрель	День открытых дверей Проект «Неделя здоровья»	День здоровья	Проведение открытого занятия, подготовка совместных мероприятий, консультационные материалы
Май	Фотофестиваль «Физкульт -Ура!»	Приобщение детей к физической культуре и спорту	Оформление представленных родителями и воспитателем фотоматериалов

Перспективный план углубленной работы с детьми по теме «Использование здоровьесберегающих технологий в физкультурно-оздоровительной работе»

<i>Месяц</i>	<i>Использование здоровьесберегающих технологий</i>	<i>Формы работы</i>
Январь	Знакомство с мимической гимнастикой, развитие мимических мышц лица. Эмоциональный тренинг.	Занятие «Как изменить настроение?» (Родионов). Включение в заключительную часть занятий мимических этюдов. (Чистякова).
Февраль	Обучение закаливающему носовому дыханию, изучение схемы разминки	Занятие «Звенья человеческого тела» (Родионов)
Март	Формирование интереса к занятиям физической культуры, гимнастика для пальчиков	Занятие «Зачем нужны руки?» (Глазырина) Пальчиковая гимнастика
Апрель	Воспитание потребности в здоровом образе жизни	Беседа - игра «Витамины для здоровья» Занятие «Сделаем крепкими наши ножки» (Глазырина)
Май	Повышение резервных возможностей организма Спортивный «Ералаш»	Включение в заключительную часть занятий психогимнастических этюдов (Чистякова) Аутотренинг, психогимнастика

Участие в проектной деятельности

<i>Название проекта, вид проекта, участники проекта</i>	<i>Работа по теме проекта</i>	<i>Итоговое мероприятие</i>
«Неделя Здоровья», краткосрочный проект дети, родители, воспитатель	Тематические физкультурные занятия Конкурс рисунков «Быть здоровыми хотим!». Фотовыставка «Физкультура – это радость».	Праздник «Страна здоровья»
За здоровый образ жизни	План работы творческой группы	Физкультурный кружок «Ритмика»

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- ***Укрепление взаимодействия и сотрудничества детского сада и семьи в вопросах сохранения здоровья***
- ***Приобщение детей к здоровому образу жизни***
- ***Формирование привычки безопасного поведения и сохранения здоровья, потребности быть здоровым, желания заниматься физическими упражнениями***