**Цель:** создание условий для охраны и укрепления физического и психологического здоровья детей.

**Задачи:** Способствовать получению элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья; Подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье;

**Оздоровительные:** Приобщать детей к здоровому образу жизни; Способствовать укреплению здоровья детей средствами физической культуры;

**Развивающие:** Содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости); Повышение активности и общей работоспособности;

**Воспитывающие:** Формировать  интерес к занятиям физической культуры; Способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

**Методическая работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Составить перспективный и календарный план работы с детьми | Сентябрь | Инструктор по ФК |
| 2. | Подобрать комплексы общеразвивающих упражнений для всех возрастных групп. | Сентябрь | Инструктор по ФК |
| 3. | Проработать методическую литературу | В течение года | Инструктор по ФК |
| 4. | Подобрать комплексы гимнастики после сна для всех возрастных групп | Ноябрь | Инструктор по ФК |
| 5. | Работа в целях самообразования | В течение года | Инструктор по ФК |

**Физкультурно-оздоровительная работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Провести диагностику физической подготовленности детей | Сентябрь-май | Инструктор по ФК |
| 2. | Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с использованием гимнастики утренней и после сна | В течение года | Инструктор по ФК, медсестра |
| 3. | Закаливающие мероприятия: ходьба босиком в спальне до и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. Дыхательная гимнастика, оздоровительный бег на воздухе | Ежедневно  в течение года | Инструктор по ФК, медсестра воспитатели групп |

**Организационно-массовая работа**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Провести физкультурные праздники  «Спортивная Олимпиада»  «День Защитника Отечества» | 2 раза в год | Инструктор по ФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| 2. | Провести физкультурные  досуги | 1 раз в месяц | Инструктор по ФК |
| 3. | Обновление спортивных уголков в группах соответственно возрасту детей | в течение года | Инструктор по ФК, воспитатели групп |
| 4. | Оформление спортивного стенда с  информацией для родителей | В течение года | Инструктор по ФК |
| 5. | Провести неделю здоровья | 2 раза в год | Инструктор по ФК |

**Работа с педагогами**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Регулярно информировать о  спортивных мероприятиях в детском саду | В течение года | Инструктор по ФК |
| 2. | Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития  физических качеств | В течение года | Инструктор по ФК |
| 3. | Информация на стендах для  воспитателей:  Тема: «COVID 19» | Сентябрь | Инструктор по ФК |
| 4. | Презентация «Школа мяча» | Январь | Инструктор по ФК |
| 5. | Консультация «Новые подходы к физическому здоровью и воспитанию детей» | Февраль | Инструктор по ФК |
| 6. | Консультация «Обеспечение безопасности при проведении занятий по физической культуре в ДОУ» | Март | Инструктор по ФК |
| 7. | Консультация «Игры и развлечения на воздухе. Методика проведения подвижных игр на воздухе» | Май | Инструктор по ФК |

**Работа с родителями**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Информация на стендах для  воспитателей:  Тема: «COVID 19» | Октябрь | Инструктор по ФК |
| Консультация «Как закалять часто болеющего ребенка» | Январь | Инструктор по ФК |
| «Традиционные методы закаливания» | Март | Инструктор по ФК |
| 2. | Наглядная информация-  консультация на стендах: | В течение года | Инструктор по ФК |
| «Всё о витаминах» | Ноябрь | Инструктор по ФК |
| Папка передвижка «Спортивный уголок дома» | Февраль | Инструктор по ФК |
| «О закаливании» | Апрель | Инструктор по ФК |
| Анкетирование: «Физкультура в жизни нашей семьи». | Май | Инструктор по ФК |

**Активный отдых детей**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Неделя здоровья | «Наши любимые игры» | Все группы | Октябрь |
| 2 | Развлечение | «Затейники» | Средняя группа | Ноябрь |
| 3 | Развлечение | «Здравствуй,  Зимушка зима» | Старшая  подготовительная группа | Декабрь |
| 4 | Неделя здоровья | «Зимние спортивные игры» | Все группы | Январь |
| 5 | Музыкально - спортивный праздник | «Наша армия» | Средняя, старшая  подготовительная группы | Февраль |
| 6 | Досуг | «Уважайте светофор» | Средняя группа | Март |
| 7 | Музыкально - спортивное развлечение | «Поможем Звездочету» | Старшая  подготовительная группы | Апрель |
| 8 | Спортивный досуг | «Прогулки малышам» | 2 младшая группа | Май |