

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 1 «Подснежник» г. Краснокаменск

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ
_____ Балицкая М.В.
Приказ № 122 от 28.08.2019г.

Годовой план
на 2019-2020 учебный год
Инструктора
по физической культуре
и обучению плаванию

Составил:
Козлова Ольга
Анатольевна
инструктор по ФКиОП

г. Краснокаменск, 2019г.

Цель: создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания, и обеспечения всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников в процессе обучения плаванию.

Задачи:

Оздоровительные:

- укрепить здоровье детей, содействовать их гармоничному психофизическому развитию;
- содействовать расширению адаптивных возможностей детского организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать работоспособность организма;
- расширять спектр двигательных умений и навыков в воде;
- развивать творческое самовыражение в игровых действиях в воде.

Образовательные:

- формировать теоретические и практические основы освоения водного пространства;
- учить плавательным навыкам и умениям, умению владеть своим телом в непривычной среде;
- развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.).

Воспитательные:

- воспитывать нравственно-волевые качества, настойчивость, смелость, выдержку, силу воли;
- формировать стойкие гигиенические навыки;
- формировать потребность к здоровому образу жизни, устойчивый интерес к занятиям по плаванию;
- способствовать эмоциональному и двигательному раскрепощению, появлению чувства радости и удовольствия от движений в воде.

№ п/п	Мероприятия	Срок
I.	<p><u>Учебно-методическая работа:</u></p> <p>1.Диагностика плавательных способностей. 2.Совместно-партнерская деятельность по обучению плаванию. 3.Разработка методического материала для работы.</p>	<p>Октябрь, май В течение года. В течение года.</p>
II.	<p><u>Физкультурно-оздоровительная работа:</u></p> <p>1.Использование упражнений на дыхание: выдохи сериями, медленный выдох, выдох через нос, задержка дыхания в воде (в играх и игровых упражнениях); 2.Профилактика плоскостопия и нарушения осанки средствами специальных упражнений на суше и в воде; у детей старших и подготовительных групп (руки- брасс, волна);</p>	<p>В течение года. Январь - май.</p>
III.	<p><u>Организация мероприятий на воде:</u></p> <p><i>Развлечения:</i></p> <p>1. «Осенний лес» все возрастные группы 2. «В гостях у сказки - колобок» средние гр. 3. «Зимние забавы» все возрастные группы 4 «Школа юного бойца» подготовительные гр. 5.«День воды» - средние, старшие группы 6. «Космонавты» - старшие группы 7. «Юные пловцы» - все возрастные группы</p> <p><i>Праздники:</i></p> <p>«Сабан туй на воде » - старшие гр.</p>	<p>Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль Март (20.03) Апрель Май Июнь</p>

	Участие в декаде: «К здоровой семье через детский сад»	Апрель (1-10.04)
IV.	<p><u>Работа с родителями:</u></p> <p>Консультации: <i>Младшие и средние группы:</i> «На занятие в бассейн! Как подготовить ребенка» «Организация начального обучения плаванию малышей» «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» «Плавание - средство воспитания дошкольников» «Физическое воспитание в семье»</p> <p><i>Старшие группы:</i> «Учите детей плавать! Влияние плавания на организм» «В здоровом теле - здоровый дух» «Физические упражнения, как средство профилактики нарушений осанки» «Плавание - средство воспитания дошкольников»</p> <p><i>Подготовительные группы:</i> «Плавание, как средство повышения двигательной активности детей» «В здоровом теле - здоровый дух» «За здоровьем - босиком!» «Плавание - средство воспитания дошкольников»</p> <p>2. Дни открытых дверей: - открытые мероприятия для родителей «Комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: вода, воздух, солнце».</p> <p>3. Посещение общих собраний: - «Влияние двигательной активности на физическое развитие и здоровье детей дошкольного возраста» - «Техника безопасности при плавании в открытых водоёмах»</p> <p>4. Посещение групповых родительских собраний: Мл. и ср. гр. «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» Стар. и подготов. гр. «Роль родителей в воспитании здорового ребёнка» «Задачи обучения плаванию. Результаты и достижения детей»</p> <p>5. Индивидуальные беседы, консультации.</p> <p>6. Подготовка и размещение информации в родительские уголки</p>	<p>Ноябрь Декабрь Январь</p> <p>Март Апрель</p> <p>Ноябрь Декабрь Январь</p> <p>Март</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь Январь Март</p> <p>Февраль</p> <p>Сентябрь Май</p> <p>Октябрь</p> <p>Октябрь Апрель</p> <p>В течение года.</p> <p>В течение года.</p>
V.	<p><u>Работа с педагогами:</u></p> <p>- Консультация «Влияние плавания на организм ребенка »; - Индивидуальные консультации с педагогами.</p>	<p>Февраль В течение года.</p>
VI.	<p><u>Повышение уровня квалификации:</u></p> <p>- Пройти курсы переподготовки по направлению «Физическая культура» - Самообразование по теме: «Плавание как средство закаливания»</p>	<p>Сентябрь В течение года.</p>

	<p>детского организма и формирования его личности).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выступления на семинарах и педагогических советах. - II дистанционный конкурс «Работающие стенды» - XI Муниципальный конкурс детских проектных работ «Мой проект» - Участие в мероприятиях по плану МОЗК - Районное методическое объединение инструкторов по ФК - Участие в ЗОФ 2019 - Образовательное событие «Город наших фантазий» 	<p>В течение года. Декабрь-январь Март (3 недели) В течение года. Август, декабрь, март, май Декабрь Январь</p>
VII.	<p><u>Информационно-методическая работа:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Приобрести новое спортивное оборудование (нарукавники, надувные игрушки, тонущие игрушки); 2. Провести анкетирование с родителями: «Значение плавания в детском саду в жизни вашего ребенка». 	<p>В течение года Май</p>