Годовой отчет о проделанной работе инструктора по

физической культуре за 2019-2020 учебный год

Работа по физическому воспитанию осуществляется в соответствии с рабочей программой по реализации образовательной области «Физическое развитие".

К Программе воспитания и обучения в детском саду мною используется следующее методическое обеспечение:

1. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений /для занятий с детьми 3-7 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

3. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет/ для занятий с детьми 2-3 лет/ вторая группа раннего возраста. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

4. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет/ для занятий с детьми 4-5 лет/ средняя группа. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

5 Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет/Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2020.

6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду/для занятий с детьми 3-4 лет/ младшая группа. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2019.

7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду/для занятий с детьми 4-5 лет/ средняя группа. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду/для занятий с детьми 6-7 лет/ подготовительная к школе группа. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2017.

9. Арчер К, Сирадж И. Повышение уровня физического развития детей за счет двигательной активности/ шкала оценки качества/ 2-6 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2019.

10. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика комплексы упражнений /для занятий с детьми 3-4 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2020.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие, формирование основы культуры здоровья через решение следующих специфических задач:

-укрепление здоровья и иммунитета ребенка;

- формирование и развитие основных двигательных умений и навыков;

- повышение двигательных, физических и психофизических возможностей ребенка;

- зарождение в ребенке интереса к систематичным и разнообразным физическим нагрузкам на основе удовольствия от самого процесса.

Запланированная работа на учебный год осуществлялась в тесном сотрудничестве с педагогами ДОУ. Составлялся рабочий план образовательной области «Физическое развитие» на каждую группу. Выполнение программных требований предусматривало учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, физического развития, двигательных навыков и физической подготовленности.

Для достижения поставленных задач использовались следующие методы:

1. проведение регулярного комплекса утренней зарядки, с учетом возрастных особенностей детей;

2. проведение групповых занятий по физической культуре, с учетом возрастных особенностей и индивидуальных способностей детей;

3. проведение физкультурно-спортивных развлечений и игр;

4. проведение физминуток;

6. знакомство и подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса "Готов к труду и обороне";

6.проведение "Дней здоровячка", включающих в себя комплекс упражнений (корригирующая гимнстика), игр и развлечений направленных на профилактику плоскостопия, формирования правильной осанки, а так же укрепления общефизического состояния организма (самомассаж, комплекс дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики);

7. совершенствование предметно-образовательной среды, с учетом возрастных особенностей детей.;

8. работа с семьей:

- организация и проведение совместных семейных спортивных праздников и развлечений;

- консультации и анкетирование по вопросам физического развития ребенка;

- оформление информационных стендов и папок-передвижек с советами для родителей по вопросам формирования здорового образа жизни и физического развития ребенка;

- размещение на сайте детского сада информации о физкультурно-развлекательных и спортивно-оздоровительных мероприятиях;

-деятельность, направленная на заинтересованность семьи в активном участии в формировании физически-здоровой и развитой личности ребенка.

За учебный год по плану проводились физкультурно-развлекательные праздники и развлечения:

**Ноябрь:** "А ну-ка мамы!", спортивно-развлекательное мероприятие в рамках празднования Дня матери с детьми группы «Океан фантазий» совместно с родителями (мамами), в котором приняли участие 26 чел., из которых 11 взрослых и 15 детей.

**Декабрь**: «Снежные баталии» спортивно-развлекательное мероприятие, повещённое началу зимы с детьми группы «Долина приключений» совместно с родителями, в котором приняли участие 22 чел., из которых 10 взрослых и 12 детей.

**Январь:** После новогодняя Квест – игра «В поисках клада Деда Мороза» для детей групп «Море открытий» и «Гора интересов», в которой приняли участие 20 детей;

**Февраль:**

1. «Курс молодого бойца» тематическое спортивно-развлекательное мероприятие, посвящённое Дню Защитника Отечества детьми групп «Океан фантазий» и «Долина приключений» совместно с родителями. Мероприятия проводились для каждой группы отдельно. Количество участников: «Долина приключений» - 23 чел., из которых 12 взрослых и 11 детей; «Океан фантазий» - 34 чел., из которых 18 взрослых и 16 детей;

2. «Широкая масленица» для детей всех групп детского сада.

**Май:** «Путешествие по Планете детства», праздничное мероприятие, посвященное окончанию учебного года и Дню защиты детей

Обеспечивать воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОУ и родителей.

С начала учебного года в каждой группе оформлялись папки – передвижки с консультациями и рекомендациями на следующие темы:

- «Требования к спортивной одежде и обуви в ДОУ»

- «Бережем здоровье с детства или 10 заповедей здоровья»

- «Зарядка для красивой осанки»

- «Подвижные игры-залог здоровья малышей»

- «Двигательная активность детей»

- «Физическое воспитание»

- «Утренняя зарядка без проблем»

- «Игры на восприятие собственного тела»

- «Плоскостопие – активная профилактика плоскостопия»

Регулярно оформляла информационные стенды, где размещала информацию для родителей о проведенных физкультурных мероприятиях

 В этом учебном году провела анкетирование - опрос родителей группы «Океан фантазий» на тему «Роль физической культуры в жизни семьи».

Приняла активное участие в подготовке команды «Экипаж», для участия в смотре-конкурсе строя и песни Гурьевского района, посвященного Дню Защитника Отечества.

В начале, середине и в конце года для отслеживания динамики физических качеств дошкольников проводился  мониторинг во всех возрастных группа, с учетом возрастных особенностей детей.

Показатели физической подготовленности и двигательной активности детей в возрасте 2-3 лет:

Легкая атлетика: ходьба, бег, перешагивания через препятствия; равновесие: ходьба на носочках, ходьба по бревну, статическое равновесие (умение стоять на одной ноге), умение прыгать на одной и двух ногах, наклоны; ловкость владения мячом: пинание мяча, умение ловить мяч двумя руками; меткость: бросок мешочком с песком в гимнастический обруч, лежащий на полу на расстоянии 1 м. и 1,5 м.; лазание/ползание: лазание по гимнастической стенке, ползание с опорой на ладони и колени.

Показатели физической подготовленности и двигательной активности детей в возрасте 3-4 лет:

Легкая атлетика: ходьба с согласованием рук и ног, бег, бег с согласованием рук и ног, умение оббегать препятствия; прыжки: в высоту, в длину, в глубину; равновесие: ходьба на носочках, ходьба по бревну, статическое равновесие (умение стоять на одной ноге), умение прыгать на одной и двух ногах, наклоны; ловкость владения мячом: пинание мяча, умение ловить мяч двумя руками; меткость: бросок мешочком с песком в гимнастический обруч лежащий на полу на расстоянии 1,5 м., в горизонтальную цель с 1,5 м., в даль; лазание: лазание по гимнастической стенке.

Показатели физической подготовленности и двигательной активности детей в возрасте 4-5лет:

Легкая атлетика: бег с согласованием рук и ног, челночный бег; прыжки: в высоту, в длину толчком двумя ногами с места, в глубину; равновесие: прыжки в высоту с сохранением равновесия, прыжки в глубину с сохранением равновесия, ходьба по гимнастической скамье с перешагиванием через препятствия; ловкость владения мячом: отбивание мяча рукой в даль, отбивание мяча от пола правой и левой рукой, подбрасывание мяча вверх и ловля его; меткость: бросок мешочком с песком в горизонтальную цель с 1,5 м., в даль; лазание: умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево); состояние брюшного пресса: поднимание ног в положении лежа на спине за 30 сек.; Гибкость: выполнение упражнения «Мостик», наклон туловища вперед из положения стоя на гимнастической скамье.

Показатели физической подготовленности и двигательной активности детей в возрасте 5-7лет:

Легкая атлетика: бег с согласованием рук и ног, челночный бег; прыжки: в высоту, в длину толчком двумя ногами с места, в глубину; равновесие: прыжки в высоту с сохранением равновесия, прыжки в глубину с сохранением равновесия, ходьба по гимнастической скамье с перешагиванием через препятствия; ловкость владения мячом: отбивание мяча рукой в даль правой и левой рукой, отбивание мяча от пола правой и левой рукой, подбрасывание мяча вверх и ловля его кистями рук; меткость: бросок теннисного мяча в горизонтальную цель с 1,5 м. и 3 м., в даль; состояние брюшного пресса: подъем туловища, лежа на спине за 1 мин.; Гибкость: выполнение упражнения «Мостик», наклон туловища вперед из положения, стоя на гимнастической скамье.

**Вывод:**  В конце 2019-2020 учебного года проведён сравнительный анализ физической подготовленности детей каждой группы. В начале года обследовано 73 чел. из 80 чел. 4-х групп и в конце учебного года обследовано 74 из 80 чел. 4-х групп (в связи с эпидемиологической ситуаций в стране, часть детей не посещала детский сад, поэтому результаты диагностики части детей мной взяты из результатов промежуточной диагностики, проводимой январе 2020 г.),  который показал положительную динамику достижении определённых результатов. что подтверждает эффективность работы в образовательной области «Физическая культура».

Практически у каждого ребёнка отмечена  положительная динамика в результатах при выполнении двигательных заданий.

Динамика достижений воспитанников в освоении образовательных программ в области «Физическое развитие»:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область | Осень 2019 г. | | | Зима 2020 г. | | | Весна 2020 г. | | |
| Высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Физическое развитие | Подготовительная группа «Океан фантазий» 5-7 лет | | | | | | | | |
| 0% | 65% | 35% | 29% | 60% | 11% | 56% | 39% | 5% |
| Старшая группа «Долина приключений» 4 - 5 лет | | | | | | | | |
| 0% | 75% | 25% | 0% | 85% | 15% | 20% | 65% | 15% |
| Средняя группа «Море открытий» 3-4 года | | | | | | | | |
| 15% | 50% | 35% | 15% | 57% | 28% | 33% | 45% | 22% |
| Младшая группа «Гора интересов» 2-3 года | | | | | | | | |
| 15% | 45% | 40% | 35% | 53% | 12% | 39% | 56% | 5% |

Подготовительная группа «Океан фантазий» 5-7 лет

Старшая группа «Долина приключений» 4 - 5 лет

Средняя группа «Море открытий» 3-4 года

Младшая группа «Гора интересов» 2-3 года

**Результаты освоения образовательной области «Физическое развитие»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Уровень | Осенний период | Зимний период | Весенний период | Результат % |
| 1 | Высокий | 9% | 17% | 37% | Увеличился на 28 % |
| 2 | Средний | 66% | 66% | 51% | Уменьшился на 15% |
| 3 | Низкий | 25% | 17% | 12% | Уменьшился на 13 % |

В подготовительной группе с детьми от 5 до 7 лет было организовано знакомство и проведена работа по подготовке детей к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса "Готов к труду и обороне"(ВФСК ГТО). Готовясь к выполнению нормативов, дети детально изучали правила выполнения испытаний (тестов) на силу, быстроту, гибкость, выносливость и меткость.

   Благодаря чему, к концу года дети умеют:

- действовать по сигналу, быстро реагировать на сигнал;

- знают правила челночного бега и умеют координировать бег по правилам;

- приобрели взрывные качества, необходимые для прыжка в длину, толчком двумя ногами с места;

- знают правила и выполняют правильную постановку и замах при метании теннисного мяча в цель;

- 70 % группы на отлично выполняют подъемы туловища из положения лежа на спине;

- развили гибкость при наклоне вперед из положения стоя на гимнастической скамье;

- научились отжиматься от пола, выполняя упражнение сгибание и разгибание рук в упоре лежа н полу.

  Детям нравится посещать дополнительные занятия.

Один раз в неделю для детей 4-х групп организовывала и проводила «День Здоровячка» , включающий в себя комплекс оздоровительных и профилактических мероприятий, способствующих укреплению физического здоровья ребенка (формирование правильной осанки, формирование изгибов позвоночника, развитие сводов стопы, укрепление связочно-суставного аппарата, развитие и укрепление мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, шеи, внутренних органов - сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.), а так же освоению дыхательной гимнастики и комплекса самомассажа, учитывая возрастные возможности детей.

Два раза в неделю занималась с детьми трех ясельных групп. Занятия состояли из комплекса упражнений, развивающих такие физические и психофизические возможности как, внимание, ловкость, быстроту реакций, скорость движений, умение играть и взаимодействовать друг с другом, а так же умение выполнять движения и упражнения по примеру педагога.

Регулярно проводила утреннюю зарядку с детьми. Комплекс утренней зарядки включает в себя комплекс общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений выполняемых как по музыку, так и без нее.

Содержанием двигательной активности, а в нашем случае утренней зарядки, являются разнообразные движения: ходьба, бег, прыжки, упражнения на равновесие и координацию движений. Они способствуют развитию всех систем организма, и особенно сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, костно-мышечной. Утренняя зарядка, являясь важной частью режима двигательной активности дошкольника, безусловно, приносит огромную пользу для каждого ребенка: побуждает организм от ночного сна, обеспечивает заряд энергии и отличное настроение на весь день, улучшает самочувствие, а так является организующим моментом, приучает ребенка к дисциплине и порядку.

Для того, чтобы заинтересовать и привлечь детей к регулярным выполнениям утреней зарядки, придумала добавить соревновательный стимул – соревнования у кого «Самый вертлявый хвостик», у кого «Самый быстрый моторчик», «Самое прыгучее солнышко», «Кто активнее всех грелся» и т.д.

По результатам соревнований дети получают заслуженную награду – фишку-наклейку. Детям, собравшим наибольшее количество фишек, вручается грамота и сладкая награда. Те же, дети, которые по различным причинам не принимали активного участия в утренней зарядке, получают именную «Памятку здоровячка» с устными пожеланиями, видеть их в наших рядах активных физкультурников.

В результате чего, дети стали принимать более живое и активное участие в утренней зарядке.

За прошедший год приняла участие в следующих образовательных мероприятиях организованных ГОУ ДПО (ПК) С КРИПКиПРО по темам:

1. Использование современных образовательных технологий в практике инструктора по физической культуре в ДОО;

2. Проектирование рабочей программы воспитателя ДОО на примере образовательной программы дошкольного образования «Вдохновение»;

3. Требования к физической подготовке в условиях реализации ВФСК ГТО и Нормативного комплекса «ГСЖ».

**Участие в конкурсах, награды (от ДОУ до всероссийских) за 2019-2020 учебный год:**

- Диплом победителя в конкурсе видеороликов ДОУ «Мозаика Планеты детства»

-Диплом за 3-е место в муниципальном конкурсе конспектов занятий педагогов образовательных организаций Гурьевского муниципального района «Моё лучшее занятие», ноябрь 2019 г.;

-свидетельство участника муниципального фестиваля мастер-классов для работников образовательных организаций «Есть идея!» за проведение мастер-класса «Веселая зарядка», январь 2020 г.;

-диплом участника международной выставки-ярмарки за представление мастер-класса «Веселая зарядка», в рамках Кузбасского образовательного форума – 2020, 21.02.2020 г.;

- диплом за 3-е место финального тура Всероссийского педагогического конкурса «Педагогика XXI века: опыт, достижения, методика» (г. Москва) в номинации «Спорт и физическая культура». Конкурсная работа «Спортивно-развлекательное мероприятие «Снежные баталии», 10.02.2020 г.;

- диплом Iстепени Всероссийского заочного конкурса методических материалов по организации и содержанию воспитательной деятельности в образовательных организациях за конкурсную работу «А ну-ка, мамы!» по направлению «Красный день календаря» в номинации «Разработки по организации работы с родителями», март 2020 г.

**Публикации за 2019-2020 учебный год:**

1. Тема: «Занятие на развитие равновесия и координации» в сборнике «Эффективные формы, методы, приемы обучения и воспитания: проблемы, поиск, опыт, перспективы» (г. Москва) 28.11.2019 г.

2. Тема: Спортивно-развлекательное мероприятие «Снежные баталии» в сборнике «Эффективные формы, методы, приемы обучения и воспитания: проблемы, поиск, опыт, перспективы» (г. Москва). 17.12.2019 г.

3. Тема: «После новогодняя Квест-игра «В поисках клада Деда Мороза» в сборнике «Эффективные формы, методы, приемы обучения и воспитания: проблемы, поиск, опыт, перспективы» (г. Москва) 30.01.2020 г.

4. Тема: «Сценарий физкультурно-развлекательного праздника «А ну-ка, мамы!», Конспект ООД «Равновесие и координация движений» в сборнике методических разработок педагогов МАДОУ «Детский сад № 5 «Планета детства» «Победе труд свой посвящаем»- лучший экспонат, представленный на специализированной выставке-ярмарке «КУЗБАССКИЙ ОБАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ФОРУМ» 02.2020 г.

5. Электронная публикация статьи «Формирование физически здоровой личности ребенка путем регулярных занятий физической культурой» I Муниципальной научно-практической заочной конференции «Актуальные вопросы развития образования в условиях современных условиях» 20 – 25.04. 2020 г.

  Главное в моей работе было помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, приобщить к здоровому образу жизни, привить любовь к физической культуре и спорту. Основным направлением в моей работе является ориентация на все системы здоровьесберегающего подхода к обучению и воспитанию детей.

Свою работу в учебном году считаю успешной.