Годовой отчет о проделанной работе инструктора по

физической культуре за 2020-2021 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.

11. Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программно-методическое пособие для детского сада: Ч.2. Издательство «Творческий Центр Сфера» Москва,2013.

12. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва,2020.

13. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 6-7 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";

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

8. проведение «Фитнеса для малышей», включающего в себя комплексы занятий игрового стретчинга - специально подобранных упражнений на растяжку мышц, проводимые с детьми в **игровой** форме.

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

9. 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 спортивные мероприятия, физкультурно-развлекательные праздники и развлечения:

**Сентябрь:**

Спортивно-ознакомительное мероприятие в рамках подготовки к выполнению нормативов ГТО «Троеборье ГТО - Я **Г**оржусь **Т**обой, **О**течество!" для детей подготовительной группы «Океан фантазий».

**Октябрь:**

спортивное мероприятие для детей подготовительной группы «Океан фантазий», в рамках проекта по подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО 1 ступени с приглашением судей Центра тестирования ВФСК ГТО Гурьевского муниципального округа.

**Ноябрь:**

музыкально-спортивная программа «Однажды в лесу», посвященная Дню матери для детей групп «Город счастья», «Река радости», «Море открытий», «Гора интересов», «Долина приключений» и «Океан фантазий» совместно с родителями (мамами). Мероприятия проводились для каждой группы отдельно, Общее количество участников: 233 чел., из которых 116 взрослых и 117 детей.

**Декабрь**:

Физкультурно-спортивное развлечение для детей «Приключение колобка» для детей групп «Город счастья», «Река радости», «Море открытий», «Гора интересов», «Долина приключений» и «Океан фантазий».

**Февраль:**

Военно-патриотическая игра – тренировка «Защитники Отечества», в рамках празднования Дня Защитника Отечества для детей групп «Город счастья», «Река радости», «Море открытий», «Гора интересов», «Долина приключений» и «Океан фантазий» совместно с родителями (папами и дедушками). Мероприятия проводились для каждой группы отдельно, Общее количество участников: 227 чел., из которых 112 взрослых и 114 детей.

**Март:**

«Широкая масленица» для детей всех групп детского сада.

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 размещала информацию о проведенных мероприятиях на сайте детского сада.

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

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 3x10 м (качественный показатель); прыжки в высоту (качественный показатель), в длину толчком двумя ногами с места (качественный показатель), 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. (количественный показатель), 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 5-6лет:

Легкая атлетика: бег с согласованием рук и ног, челночный бег 3x10 м (количественный показатель); прыжки: в высоту, в длину толчком двумя ногами с места (количественный показатель), 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 от пола правой и левой рукой и ловля его, подбрасывание мяча вверх и ловля его кистями рук; меткость: бросок теннисного мяча в горизонтальную цель с 3 м. (количественный показатель), в даль; состояние брюшного пресса: подъем туловища, лежа на спине за 30 секунд (количественный показатель), поднимание ног лежа на спине за 30 секунд; гибкость: выполнение упражнения «Мостик», наклон туловища вперед из положения, стоя на гимнастической скамье.

Показатели физической подготовленности и двигательной активности детей в возрасте 6-7 лет:

Легкая атлетика: бег с согласованием рук и ног, челночный бег 3x10 м (количественный показатель); прыжки: в высоту, в длину толчком двумя ногами с места (количественный показатель), 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 в даль правой и левой рукой, отбивание мяча от пола правой и левой рукой и ловля его, подбрасывание мяча вверх и ловля его кистями рук; меткость: бросок теннисного мяча в горизонтальную цель с 3 м. (количественный показатель), в даль; состояние брюшного пресса: подъем туловища, лежа на спине за 1 минуту (количественный показатель); гибкость: выполнение упражнения «Мостик», наклон туловища вперед из положения, стоя на гимнастической скамье; отжимания от пола в упоре лежа.

**Вывод:**  В конце 2020 -2021 учебного года проведён сравнительный анализ физической подготовленности детей каждой группы. В начале года обследовано 75 чел. из 77 чел. 4-х групп и в конце учебного года обследовано 76 из 76 чел. 4-х групп  который показал положительную динамику достижении определённых результатов. что подтверждает эффективность работы в образовательной области «Физическая культура».

У каждого ребёнка отмечена  положительная динамика в результатах при выполнении двигательных заданий. Пролеживается положительная динамика при оценке психофизических качеств каждого ребенка.

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область | Сентябрь 2020 г. | | | Январь 2021 г. | | | Май 2021 г. | | |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Физическое развитие | Средняя группа «Гора интересов» 3-4 года | | | | | | | | |
| 0% | 75% | 25% | 44% | 56% | 0% | 70% | 30% | 0% |
| Старшая группа «Море открытий» 4 - 5 лет | | | | | | | | |
| 0% | 0% | 100% | 20% | 80% | 0% | 40% | 60% | 0% |
| Старшая группа «Долина приключений» 5-6 лет | | | | | | | | |
| 0% | 100% | 0% | 37% | 63% | 0% | 74% | 26% | 0% |
| Подготовительная группа «Океан фантазий» 6-7 лет | | | | | | | | |
| 0 % | 68% | 32% | 26% | 74% | 0 % | 47% | 53% | 0 % |
| всего | 0 % | 60,7 % | 39,3% | 31,7 % | 68,3 % | 0 % | 58% | 42% | 0 % |

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

Подготовительная группа «Океан фантазий» 6-7 лет.

Старшая группа «Долина приключений» 5-6 лет

Средняя группа «Море открытий» 4-5 лет

Вторая младшая группа «Гора интересов» 3-4 года

**Общие результаты освоения образовательной области «Физическое развитие»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Уровень | Осенний период | Зимний период | Весенний период | Результат % |
| 1 | Высокий | 0 % | 32% | 58% | Увеличился на 58% |
| 2 | Средний | 61% | 68% | 42% | Сократился на 19% |
| 3 | Низкий | 39 % | 0 % | 0 % | Сократился полностью |

С детьми от 6 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.

В рамках подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО 1 ступени в сентябре организовала и провела спортивно-ознакомительное мероприятие в рамках подготовки к выполнению нормативов ГТО «Троеборье ГТО - Я **Г**оржусь **Т**обой, **О**течество!"; в октябре организовала и провела соревнования ГТО для детей с приглашением судей Центра тестирования ВФСК ГТО Гурьевского муниципального округа, по результатам которых судьи вручили каждому участнику соревнований Диплом с личными данными выполнения нормативов ВФСК ГТО 1 ступени.

Дети, показавшие лучшие результаты при выполнении спортивных нормативов Подготовила команду ГТО детского сада из числа старшей и подготовительной групп (Матухнов Тимофей, Назарян Давид, Зайков Максим, Вавилина Анастасия, Савельева Александра и Дмитриева Василиса). Так же в состав команды вошли двое родителей (Савельев Илья Юрьевич и я - Дмитриева Оксана Николаевна).

Наша команда ГТО приняла участие в муниципальном этапе регионального фестиваля ГТО «Малыши Кузбасса шагают в ГТО». В результате соревнований, состоящих из комплекса спортивных нормативов ВФСК ГТО, Дмитриева Василиса и Матухнов Тимофей стали первыми в 1 ступени среди девочек и мальчиков. Я стала рекордсменом соревнований среди женщин.

По итогам фестиваля наша команда заняла первое место и приняла участие в региональном фестивале " Малыши Кузбасса шагают в ГТО". В результате соревнований наша команда заняла 5 место из 22 команд. Матухнов Тимофей стал рекордсменом фестиваля среди детей в упражнении «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», Савельев Илья Юрьевич стал рекордсменом фестиваля среди детей в упражнении «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами». Я - Дмитриева Оксана Николаевна, стала первой в личном зачете среди взрослых VIII возрастной ступени.

В составе сборной команды Управления образования ГМО приняла участие в зимнем фестивале ВФСК ГТО. Заняла 2 место в личном зачете среди женщин.

Подготовила команду и организовала участие в муниципальном этапе областного конкурса «Кузбасская дошкольная лига спорта».

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.

.

**Участие форумах, вебинарах, вернисажах за отчетный период:**

**-** вебинар международной педагогической академии дошкольного образования «Образовательная область «Физическое развитие» в программе «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» (01.12.2020 г.);

- IT вернисаж «Инопрактики дошкольного образования Кузбасса»;

- Всероссийский форум «Воспитатели России»: «Воспитываем здорового ребенка» (18.12.2020 г.);

- II Всероссийский форум «Воспитатели России»: «Воспитываем здорового ребенка. Регионы» (16.04.2021 г.);

- III Всероссийский форум «Воспитатели России»: «Воспитываем здорового ребенка. Поволжье» (20.05.2021 г.);

**Участие в мастер-классах за отчетный период:**

- мастер-класс «Веселая зарядка» муниципального фестиваля мастер-классов для работников образовательных организаций «Есть идея!»;

- мастер-класс «Физкультурно-оздоровительная деятельность в дошкольной организации, важный компонент создания адаптивно-развивающей среды» всероссийской научно-практической конференции (в рамках весенней площадки ReФорума «Управляя будущим») «Актуальные вопросы и современные тенденции воспитания и дополнительного образования». 18-19 марта 2021 г..

**Участие в конкурсах, награды (от ДОУ до всероссийских) за 2020 – 2021 учебный год:**

- диплом победителя в конкурсе презентаций ДОУ;

- грамота за участие в муниципальном конкурсе конспектов занятий педагогов образовательных организаций Гурьевского муниципального округа «Моё лучшее занятие». (Гурьевский муниципальный округ) декабрь 2020 г.

- грамота за 1 место в муниципальном этапе регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечества (Гурьевский муниципальный округ) 2021 г.;

- почетная грамота министерства образования и науки Кузбасса за добросовестный труд, большой личный вклад в развитие муниципальной системы образования и победу на региональном этапе VIII Всероссийского конкурса «Воспитатели России» в номинации «Лучшая методическая разработка по физическому развитию, воспитанию и оздоровлению дошкольников» (Кузбасс) 17.12.2020;

- диплом за 1 место в личном зачете регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечества (Кузбасс) 2021 год;

- диплом за первое место во всероссийском конкурсе профессионального мастерства «Развивающая среда и её роль в воспитании и развитии детей» в номинации «Оформление кабинета». (г. Москва). 07.10.2020 г.;

- диплом куратора за подготовку победителя Всероссийского конкурса детского и юношеского творчества «О спорт, ты – мир!» в номинации «Фотография». Название работы «Первые спортивные достижения» (г. Москва) 26.06.2020 г.;

- диплом лауреата 1 степени за победу во Всероссийском профессиональном конкурсе для педагогов «Ступени мастерства» в номинации педагогическая статья. Название работы «Формирование физически здоровой личности путем регулярных занятий физической культурой» (г. Москва) 26.06.2020 г.;

**Достижения воспитанников за отчетный период:**

- грамота команде МАДОУ «Детский сад № 5 «Планета детства» за первое место в муниципальном этапе регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечества (Гурьевский муниципальный округ) 2021 г.;

- Дмитриева Василиса (старшая группа «Долина приключений»):

- грамота за 1 место в муниципальном этапе регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечествасреди девочек 1 ступени(Гурьевский муниципальный округ) 2021 г.;

-диплом лауреата 1 степени за победу во Всероссийском конкурсе детского и юношеского творчества «О спорт, ты – мир!» в номинации «Фотография». Название работы «Первые спортивные достижения» (г. Москва) 26.06.2020 г.;

- Матухнов Тимофей (подготовительная группа «Океан фантазий»):

-грамота за 1 место в муниципальном этапе регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечествасреди мальчиков 1 ступени;

-диплом рекордсмена за выполнение норматива «Наклон вперед стоя на гимнастической скамье» регионального фестиваля «Малыши Кузбасса шагают в ГТО», посвященного 90-летию Всесоюзного комплекса ГТО и Дню защитника Отечества (Кузбасс) 2021 год.

**Публикации за 2020-2021 учебный год:**

1. Тема: «Сценарий музыкально-спортивной программы «Однажды в лесу», посвященной Дню матери. Младшая группа» (г. Москва) декабрь 2020 г.

**Приняла участие в создании сборника методических разработок в рамках конкурса методических разработок Кузбасского образовательного форума 2020 «Навстречу 300 – летию Кузбасса»:**

- конспект по физической культуре в дошкольном учреждении (для старшего дошкольного возраста /6-7 лет). «Первый этап проекта по подготовке к выполнению нормативов ВФСК ГТО I ступени

«Я **Г**оржусь **Т**обой **О**течество!".

**Прошла курсы повышения квалификации в КРИПКиПРО по теме «Средства и методы физического воспитания детей». 14.10.2020 г.-26.10.2020 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.