

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ

Керопова Ульяна Анатольевна
Дошкольная группа «Alice»
г. Краснодар, ул. Образцова, 17

Принят
на педагогическом совете
протокол № 4
от «27» мая 2026 г.

Утверждаю
У.А. Керопова

от «27» мая 2026 г.



**ПЛАН РАБОТЫ ИНСТРУКТОРА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ**

Составила: Методист О.А. Золотарева

Пояснительная записка.

Удачно спланированный активный отдых детей в летний период времени в детском саду включает активную и многообразную двигательную деятельность детей, длительное пребывание на открытом воздухе, способствующее укреплению здоровья, повышению функциональных и адаптационных возможностей организма, совершенствованию психофизических особенностей, формированию положительного эмоционального состояния детей.

В летний период в детском саду особое место отводится физкультурно-оздоровительной работе с детьми. Это обусловлено тем, что летом режим дня насыщается активной деятельностью, проводимой на открытом воздухе, появляется возможность более эффективно использовать в системе физического развития оздоровительные силы природы.

Основными формами работы с детьми летом по реализации образовательных областей являются прогулки, викторины, экологические игры, работа на огороде, «зеленой аптеке» и цветнике. В летний период используются разнообразные методы и приемы.

Таким образом, летнее время используется для укрепления здоровья малышей, расширения кругозора детей, развития общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, формирования бережного отношения к природе, развития позитивных установок к различным видам труда и творчества.

Направления работы

1. Создание модели двигательного режима в летний период времени в ДГ, построенной с учетом основных образовательных областей в соответствии с ФОП ДО.
2. Внедрение разнообразных форм работы по физической культуре; утренняя гимнастика; комплексы музыкально ритмичных упражнений, оздоровительные минутки в течение дня; закалывающие процедуры на свежем воздухе, летние спортивные игры, День Здоровья.

Такой комплексный подход в организации двигательного режима дня способствует насыщенности мероприятий, активизирующих двигательную и творческую активность детей.

Все мероприятия организуются в игровой форме, где закрепляются культурно-гигиенические навыки, способствующие оздоровлению детей. Деятельность детей не ограничивается их участием в различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Особое место уделяется различным формам трудовой деятельности (на территории детского сада, по уходу за растениями на участке и др.), а также творческой деятельности (конкурсы юных художников, чтецов и др.). Подготовка к участию в мероприятиях активного отдыха планируется в процессе образовательной

работы с детьми и заключается в разучивании упражнений, подвижных игр, эстафет и их закреплении во время прогулок и утренней гимнастики.

Однако, некоторые игры, эстафеты, аттракционы, а также несложные по структуре упражнения применяются без предварительной подготовки, как сюрпризные моменты.

Организация работы на летний оздоровительный период

Цели и задачи работы в летний оздоровительный период

Цель: повышение качества оздоровительной работы с воспитанниками и широкая пропаганда здорового образа жизни среди всех участников воспитательно-образовательного процесса в летний период.

Задачи летнего оздоровительного периода:

- реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей;
- создать комфортные условия для физического, психического, нравственного воспитания каждого ребенка, развития у них любознательности и познавательной активности;
- организовать здоровье-сберегающий режим, обеспечивающий охрану жизни, предупреждение заболеваемости и детского травматизма;
- осуществлять просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Задачи работы с детьми:

Направление «Физическое развитие»:

- укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния;
- всесторонне совершенствовать физические функции организма;
- повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания;
- формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка;
- способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

для старшего дошкольного возраста:

- - продолжать охранять и укреплять здоровье детей,
- - закаливать детский организм,
- - совершенствовать основные движения;
- - закреплять приобретенные навыки при выполнении основных движений;
- - формировать правильную осанку во всех видах деятельности;

- - воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним.
- *для младшего возраста:*
- - продолжать охранять и укреплять здоровье детей,
- - закаливать детский организм;
- - продолжать формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку;
- - закреплять приобретенные навыки при выполнении основных движений;
- - способствовать формированию положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- - поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- - формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.

Задачи работы с педагогами:

- повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
- обеспечение методического сопровождения для планирования и организации летнего отдыха.

Задачи работы с родителями:

- повышение компетентности родителей в вопросах организации летнего отдыха детей;
- осуществление просветительской работы для родителей (законных представителей) по вопросам
- воспитания и оздоровления детей в летний период.

Планируемые результаты: реализация плана летней оздоровительной работы с воспитанниками отвечает требованиям ФГОС ДО , ФОП ДО и позволяет обеспечивать развитие детей в различных образовательных областях:

Физическое развитие:

- ✓ приобретение двигательного опыта в различных видах деятельности детей, развитие психофизических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость);
- ✓ развитие равновесия, ориентировки в пространстве;
- ✓ овладение движениями (ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки);
- ✓ обучение подвижным играм, спортивным упражнениям и элементам
- ✓ спортивных игр (баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон, кегли и другое);
- ✓ воспитание интереса к различным видам спорта;
- ✓ приобщение к здоровому образу жизни, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью.

План летней оздоровительной и воспитательной работы детского сада представлен в виде системы профилактических, оздоровительных и воспитательно-образовательных

мероприятий. Система направлена на рациональное осуществление совместными усилиями педагогов, узких специалистов детского сада комплекса мер, которые способствуют укреплению здоровья и развитию растущего организма

№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения
1. Методическая работа.		
1.	Работа с документацией, анализ работы за 2025-2026 год, оформление папок	Июнь
2.	Изучение методической литературы, необходимой для продуктивной работы в летне-оздоровительный период.	Июнь- август
3.	Составление годового перспективного плана работы по физической культуре на 2026-2027 учебный год	август
4.	Составление календарного плана работы по физической культуре в каждой возрастной группе.	август
2. Организационно-педагогическая работа.		
1.	Занятия по физической культуре.	по расписанию
2.	Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных видов движений на прогулке.	В течение летнего периода
3.	Утренняя гимнастика.(при хорошей погоде на свежем воздухе)	ежедневно
4.	Физкультурные досуги и спортивные развлечения.	1 раз в неделю
5.	Физкультурно-оздоровительные праздники.	1 раз за летний период
6.	Неделя Физкультурника	1 раз за летний период

3. Работа с педагогами .		
1.	Регулярно заранее информировать о физкультурно оздоровительных мероприятиях, вести совместную подготовку к физкультурно-оздоровительным досугам, развлечениям и праздникам.	Июнь - август
2.	Семинар-практикум для воспитателей: «Подвижные игры на участке летом в форме обыгрывания сюжета: «В зоопарке», «На лугу», «Воробушки», «В лесу», «Путешествие».	июнь
3.	Консультация для воспитателей: Игры с мячом на прогулке.	июль

Календарный план физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Июнь	<ol style="list-style-type: none"> 1. Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей. 2. Спортивный досуг для средней группы «Здравствуй, лето!». 3. Спортивный досуг для детей 1 младшей группы «Здравствуй, лето!». 4. Физкультурное развлечение для 2 младшей группы «Встречает лето вся планета» 	<p>1.06.2026 10.06.2026 17.06.2026 17.06.2026</p>
Июль	<ol style="list-style-type: none"> 1. Спортивный праздник «День бегуна» для средней группы. 2. Физкультурное развлечение для старшей и подготовительной группы «День Нептуна». 3. Спортивный досуг для подготовительной группы «Ловкие, смелые, сильные, умелые» 4. Физкультурное развлечение для детей 1 и 2 младшей группы «Каникулы в Простоквашино» 	<p>03.07.2026 24.07.2026 17.07.2026 27.07.2026</p>
Август	<ol style="list-style-type: none"> 5. Спортивный праздник для старшей и подготовительной группы «Путешествие с королевой Здоровья» 6. Физкультурное развлечение для средней группы «Наперегонки с летом». 7. Спортивный досуг для 1 младшей группы: «Веселые посиделки» 8. Физкультурное развлечение для 2 младшей группы «До свиданья, лето!». 	<p>3.08.2026 6.08.2026 18.08.2026 28.08.2026</p>

Организация двигательного режима

Цель: общее оздоровление и укрепление детского организма, развитие физических качеств, умственной работоспособности, улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, обеспечение психологической безопасности ребенка.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Утренняя зарядка на воздухе	Ежедневно	Воспитатели групп
2	Гимнастика пробуждения	Ежедневно	Воспитатели групп
3	Физкультурные занятия на воздухе	2 раза в неделю	ИФК
4	Физкультурные досуги	По плану ЛОП	Воспитатели групп ИФК
5	Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатели групп
6	Проведение подвижных игр	В течение ЛОП	Воспитатели групп
7	Самостоятельная деятельность детей	Ежедневно	Воспитатели групп
8	Прогулки на свежем воздухе (солнечные ванны)	Ежедневно	Воспитатели групп
9	Музыкальные занятия	2 раза в неделю	Воспитатели групп
10	Праздники и развлечения	По плану ЛОП	Воспитатели групп