

План наставничества 2024–2025 учебный год

Наставник: Анкушина Н.В., инструктор по физической культуре

Молодой специалист: Бубенщикова Л.А., воспитатель

Цель: сформировать у молодого воспитателя компетенции по организации физкультурно-оздоровительной работы в группе в соответствии с ФОП ДО и ФГОС ДО.

Сентябрь-октябрь — адаптационный этап

Фокус: знакомство с нормативной базой, средой, структурой ежедневной работы.

Неделя	Тема и задачи наставника	Действия молодого специалиста	Форма работы	Результат
1-2	Нормативная база и планирование. Познакомить с ФОП ДО (физкультурно-оздоровительное направление), локальными актами ДОУ, циклограммой инструктора, формами планирования.	Изучить документы, выписать ключевые требования к ежедневной двигательной активности детей.	Консультация + выдача чек-листа документов	Список нормативных документов с пометками «знаю/надо изучить», заполненный чек-лист
3-4	Предметно-развивающая среда. Показать оборудование в зале и на участке, объяснить назначение, безопасность, возрастные ограничения.	Осмотреть среду в своей группе и на участке; составить список недостающего/изношенного оборудования.	Совместный осмотр + фотофиксация	Карта среды группы с перечнем оборудования и рекомендациям по дооснащению
5-6	Ежедневная двигательная активность. Объяснить структуру утренней гимнастики, физкультминуток, динамических пауз, прогулок. Показать примеры комплексов под разные возрастные группы.	Провести утреннюю гимнастику в группе под наблюдением наставника; зафиксировать длительность и ЧСС по внешним признакам.	Практикум + наблюдение	Конспект утренней гимнастики + самоанализ по шаблону
7-8	Подвижные игры. Подобрать 3–4 игры на неделю под возраст детей, объяснить правила, дозирование нагрузки, технику безопасности.	Провести 2 подвижные игры на прогулке; собрать обратную связь от детей (простые вопросы).	Совместное проведение + разбор	Паспорт 2 подвижных игр (цель, правила, дозировка, варианты усложнения/упрощения)
	Итоговый продукт месяца: папка «Физкультурно-оздоровительная работа в группе» с чек листами, картами среды, паспортами игр и конспектами.			

Ноябрь-декабрь — основной этап

Фокус: интеграция физкультурных форм в режим дня, диагностика, работа с разными категориями детей.

Неделя	Тема и задачи наставника	Действия молодого специалиста	Форма работы	Результат
1-2	Физкультурное занятие (фрагмент). Показать, как встраивать элементы занятия в режим: вводная часть (ходьба/бег), ОРУ, основные движения, подвижная игра.	Провести фрагмент занятия (10–12 минут) в группе; использовать карточки и-схемы движений.	Совместное планирование + проведение	Фрагмент конспекта + видео/фотофиксация (с согласия родителей)
3-4	Диагностика физического развития. Объяснить, какие показатели можно наблюдать ежедневно, как фиксировать динамику, какие методики допустимы для воспитателя.	Вести карту наблюдений 1 недели: активность, темп, координация, самостоятельность в движениях.	Наблюдение + совместное заполнение карты	Карта наблюдений за 1 неделю по 5–7 детям
5-6	Здоровьесберегающие технологии. Показать дыхательные упражнения, профилактику плоскостопия и осанки, самомассаж, пальчиковые игры.	Включить 1–2 технологии в режим дня; провести мини-мастер-класс для родителей (памятка).	Практикум + подготовка материалов	Памятка для родителей (1 страница) и конспект включения технологий
7-8	Работа с детьми с ОВЗ/ТНР/часто болеющими. Обсудить принципы адаптации заданий, дозирования, выбора упражнений.	Подобрать 2–3 адаптированных варианта упражнений под 1 ребёнка из группы.	Разбор кейсов + подбор упражнений	Паспорт адаптации 2 упражнений (исходное, упрощённое, усложнённое)
Итоговый продукт месяца: карта наблюдений, памятка для родителей, паспорта адаптации упражнений, фрагмент конспекта занятия.				

Январь-февраль — аналитический этап

Фокус: мероприятия, взаимодействие с семьёй, рефлексия и корректировка.

Неделя	Тема и задачи наставника	Действия молодого специалиста	Форма работы	Результат
1-2	Спортивное мероприятие. Помочь спланировать «Весёлые старты» для средней/старшей группы: станции, правила, безопасность, роли взрослых.	Подготовить 2 станции (оборудование, правила, подсказки для волонтеров родителей).	Совместное проектирование	План «Весёлых стартов» + карточки станций
3-4	Взаимодействие с семьёй. Обсудить форматы: дни здоровья, челленджи, семейные маршруты выходного дня, фотоотчёты.	Запустить 1 семейный челлендж на неделю (например, «10 000 шагов семьи», «Утренняя зарядка вместе»).	Практикум по коммуникациям	Анонс челленджа + шаблон отчёта для семей
5-6	Анализ педагогических ситуаций. Разобрать 2–3 реальных случая из практики (отказ от упражнений, конфликты в игре, низкая активность).	Зафиксировать 1 ситуацию, предложить 2–3 решения, выбрать лучшее, описать результат.	Кейс сессия + рефлексия	Журнал педагогических ситуаций (1 запись с решением и результатом)
7-8	Рефлексия и план на следующий квартал. Подвести итоги: что получилось, какие навыки сформированы, какие темы требуют углубления.	Сформулировать 3 цели на следующий квартал; подобрать 1–2 программы/технологии для внедрения (например, «Игровой стретчинг», «Горизонтальный пластический балет» и т. п.).	Итоговая встреча + дорожная карта	Дорожная карта на следующий квартал с целями и ресурсами
Итоговый продукт месяца: план мероприятия, анонс челленджа, журнал ситуаций, дорожная карта на следующий квартал.				