

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по познавательно - речевому направлению развития воспитанников № 94 «Лилия»

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 94 «Лилия»

А.С. Нурмухаметова

«28» августа 2025г.

Рассмотрено и утверждено  
на педсовете  
от «28» августа 2025г.  
протокол № 1

**ГОДОВОЙ ПЛАН РАБОТЫ  
ИНСТРУКТОРА  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
МАДОУ № 94 «Лилия»»**

**Чвановой Юлии Сергеевны**

**на 2025 – 2026 учебный год**

г. Набережные Челны

Цель – улучшение гармоничного физического развития детей на занятиях по физической культуре.

Задачи:

1. Улучшить физические навыки детей, такие как, координацию движений, ловкость, быстрота, гибкость, равновесие, крупную и мелкую моторику, силу и выносливость, а так же повышение общего тонуса организма, что способствует улучшению физического здоровья детей.

2. Организовать работу с педагогами и семьями воспитанников, по консультированию важности и необходимости нейрозанятий и нейроигр для сбалансированного физического развития детей.

3. Повысить профессиональную компетенцию, направленную на повышение качества работы и эффективности занятий, изучение новых методик в физической культуре, в том числе, в нейроупражнениях.

№ П/П	НАИМЕНОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
<b>Работа с детьми</b>			
1.	Развлечение «1 сентября – День знаний. Вот и стали мы на год взрослей» <i>(средние, старшие, подготовительные группы)</i>	Сентябрь	Воспитатели групп № 4,8,2,5,1,11, Узк.специалисты
2.	Праздник-досуг «Осень в гости к нам пришла» (тематические развлечения)	Сентябрь	Воспитатели групп, Узк.специалисты
3.	«Конкурс рисунков на асфальте «Краски осени» <i>(развлечение на улице для всех возрастных групп)</i>	Октябрь	Воспитатели групп, Узк.специалисты
4.	«Мамы – как пуговицы: на них всё держится».	Ноябрь	Воспитатели групп, Узк.специалисты
5.	«Карнавал сказок» . Праздничные утренники, посвященные встреченового года.	Декабрь	Воспитатели групп, Узк.специалисты
6.	Тематический вечер: «О творчестве А.Л. Барто». <i>(старшие и подготовительные группы)</i>	Январь	Воспитатели групп № 2,5,1,11, Узк.специалисты Инструктор по ФК
7.	Спортивное развлечение «Зимняя олимпиада» <i>(старшие и подготовительные группы)</i>	Январь	Воспитатели групп № 2,5,1,11, Инструктор по ФК
8.	«Будем в армии служить, будем Родину любить». Веселые старты с папами	Февраль	Воспитатели групп, Узк.специалисты
9.	«Зиму провожаем, Масленицу встречаем» <i>(средние, старшие, подготовительные группы)</i>	Март	Воспитатели групп № 4,8,2,5,1,11, Узк.специалисты
10.	«Маму очень я люблю» праздники к 8 марта	Март	Воспитатели групп, Узк.специалисты

11.	Развлечение «День смеха» ( <i>средние, старшие, подготовительные</i> )	Апрель	Воспитатели групп № 4,8,2,5,1,11, Узк.специалисты
12.	Викторина «Что мы знаем о космосе». ( <i>старшие и подготовительные группы</i> )	Апрель	Воспитатели групп № 2,5,1,11, Узк.специалисты
13.	«Этот день Победы». Праздник ко дню Победы ( <i>2 младшие, средние, старшие, подготовительные группы</i> )	Май	Воспитатели групп № 6,10,4,8,2,5,1,11, Узк.специалисты
14	Выпускной балл «Прощай, любимый Детский сад «Лилия»! Здравствуй школа!» ( <i>подготовительные группы</i> )	Май	Воспитатели групп № 1,11, Узк.специалисты
10.	Диагностика физического развития детей по МКР.	Сентябрь Апрель	Инструктор по ФК, Воспитатели
11.	Индивидуальная коррекционная работа с детьми.	В течение года	Инструктор по ФК
12.	Проведение ООД.	По плану ДОУ	Инструктор по ФК, Воспитатели
13.	Кружковая работа	Сентябрь - Май	Инструктор по ФК Воспитатели
<b>Работа с сотрудниками ДОУ</b>			
1.	Консультирование и оказание практической помощи воспитателям и специалистам ДОУ.	В течение года	Инструктор по ФК
2.	<b>Информация на стенд:</b> - сетка занятий по физической культуре; - график проведения УГГ; - комплексы УГГ; - памятка воспитателю по подготовке к ООД по физической культуре, взаимодействию с инструктором по ФК в образовательном процессе; - комплексы упражнений по коррекции фигуры, методик по оздоровлению взрослых;	Сентябрь  В течение года  В течение года  Сентябрь	Инструктор по ФК
3.	<b>Минуты здоровья:</b> - фитнес; - релаксация	Три раза в неделю Ежедневно	Инструктор по ФК

4.	<b>Участие в массовых соревнованиях города:</b> - кросс наций, - лыжня Татарстана, - лыжные гонки, - веломарафон, - настольный теннис, - шахматы, - плавание, - стрельба, - туристический слёт.	По плану	Инструктор по ФК
5.	<b>Участие в медико-педагогических советах.</b> Консультация «Развитие осознанного отношения к своему здоровью у детей дошкольного возраста»	Январь	Инструктор по ФК
6.	<b>Участие в педагогических советах.</b> «Мастер-класс по использованию кинезиологических упражнений, упражнений на развитие межполушарного взаимодействия, сенсомоторной интеграции и зрительно-пространственного восприятия на занятиях по ФИЗО»	Ноябрь	Инструктор по ФК
7.	<b>Клуб выходного дня (выезды на природу)</b>	Раз в квартал	Инструктор по ФК Председатель профкома

#### Работа с родителями

В случае периода пандемии, самоизоляции, проводить работу с детьми дистанционно, выкладывая консультации для родителей через WhatsApp, ссылки на подвижные игры, комплексы упражнений по оздоровлению, видео фрагментов занятий на сайт ДОУ.

1.	<b>Консультации на тему:</b> - «Утренняя гимнастика в жизни ребёнка»; - «Советы по закаливанию детей» <b>Выступления на родительских собраниях по теме:</b> - «Развитие мелкой моторики рук у детей с использованием нестандартного оборудования» - «Приобщаем детей к здоровому образу жизни» -«Нейрогимнастика для детей дошкольного возраста» --«Нейроигры дома -это легко!»	Сентябрь Декабрь  По плану ДОУ	Инструктор по ФК
2.	Консультирование и оказание практической помощи родителям.	В течение года	Инструктор по ФК
3.	<b>Информация на стенды:</b> - «Движение – это жизнь дошкольника» - Фотографии проведённых мероприятий; - Реклама кружковой деятельности.	Март В течение года Сентябрь	Инструктор по ФК
4.	Итоговая ООД по физической культуре.	Апрель	Инструктор по ФК

5.	Отчётный концерт по кружковой работе	Май	Муз. руководитель, Инструктор по ФК
6.	<b>Наглядная педагогическая агитация.</b> По вопросам закаливания и оздоровления детей в условиях детского сада и дома.	В течении года	Педагоги групп Инструктор по ФК Ст.медсестра
<b>Организационно – методическая работа</b>			
1.	Пополнение методической литературы; обновление картотеки подвижных игр, приобретение музыкальных дисков.	В течение года	Инструктор по ФК
2.	Составление плана индивидуальной коррекционной работы.	Сентябрь	Инструктор по ФК
3.	Участие в семинарах, конференциях, грантах, конкурсах.	В течение года	Инструктор по ФК
4.	Оформление информационных стендов, выставок.	В течение года	Инструктор по ФК
5.	Работа по самообразованию на тему: «Степ-аэробика, как метод физкультурно-оздоровительной работы для дошкольников»	В течение года	Инструктор по ФК
6.	-Изготовление атрибутов для подвижных игр; -Систематизация материалов по оздоровлению детей; - Пополнить картотеку игр с использованием УМК, ЭРС; -Пополнение физ. зоны новым спортивным инвентарём -Приобретение аудио оборудования	В течение года  Сентябрь	Инструктор по ФК
<b>Преемственность со школой</b>			
1.	Совместные спортивные развлечения «Я здоровье берегу - сам себе я помогу»	Октябрь	Инструктор по ФК, Ст. воспитатель
2.	«Веселые старты»	Ноябрь	Инструктор по ФК, Ст. воспитатель
3.	Лыжные соревнования	Январь	Инструктор по ФК, Ст. воспитатель
4.	«День здоровья»	Апрель	Инструктор по ФК, Ст. воспитатель

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

<i>Содержание</i>	<i>Группа</i>	<i>Периодичность выполнения</i>	<i>Ответственные</i>
<b>Оптимизация режима</b>			
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного и гибкого режима	Все группы	ежедневно	Воспитатели, Педагог психолог, Ст. медсестра
Организация жизни группы микроклимата и стиля	Все группы	ежедневно	Воспитатели
<b>Организация двигательного режима</b>			
Утренняя гимнастика	Все группы	ежедневно в зале или на воздухе 7– 10 мин.	Инструктор по ФК, Воспитатели
Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно 10 мин.	Воспитатели, Контроль ст. медсестры
Оздоровительный бег	Все группы	во время прогулки 3 – 7 мин.	Инструктор по ФК, Воспитатели
Профилактическая гимнастика (улучшение осанки, плоскостопия, зрения, дыхательная, артикуляционная)	Все группы	ежедневно	Инструктор по ФК, Воспитатели, Узкие специалисты
Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	ежедневно во время прогулки 12 – 15 мин.	Воспитатели, Инструктор по ФК
Спортивные развлечения	Все группы	По плану	Воспитатели, Инструктор по ФК
Самостоятельная двигательная активность	Все группы	ежедневно в помещении и на прогулке	Воспитатели

Игры и забавы	Все группы	ежедневно	Воспитатели
<b>Охрана психического здоровья детей</b>			
Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Все группы	ежедневно несколько раз в день	Воспитатели, Узкие специалисты
Психогимнастика: игры на развитие эмоциональной сферы; игры – тренинги на подавление отрицательных эмоций; коррекция поведения	Все группы	ежедневно	Воспитатели, Узкие специалисты. Педагог- психолог
<b>Профилактика заболеваемости</b>			
Кислородный коктейль	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
Дыхательная гимнастика	Все группы	ежедневно	Воспитатели
Режим проветривания и влажной уборки	Все группы	ежедневно	Контроль ст. медсестры
Игровой массаж	Все группы	ежедневно	Воспитатели
<b>Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка</b>			
Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда в соответствии с сезоном)	Все группы	ежедневно	Воспитатели
Солнечные ванны	Все группы	летний период	Воспитатели
Прогулки на свежем воздухе	Все группы	ежедневно	Воспитатели
Хождение босиком по дорожке здоровья	со ср. гр	летний период	Воспитатели, Контроль ст. м/с
Сон с доступом воздуха	Все группы	ежедневно	Воспитатели, Контроль ст. м/с
Летние ножные ванны	Все группы	ежедневно	Воспитатели Контроль ст. м/с,
Полоскание зева кипяченной охлажденной водой	Со ср. гр	ежедневно	Воспитатели, Контроль ст. м/с

Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы	ежедневно	Воспитатели
<b>Организационная работа</b>			
Оборудование спортивных уголков в группах	Все группы	в течение года	Воспитатели
Антропометрия	Все группы	сентябрь, апрель	Ст. медсестра
Уточнение списков по группам здоровья	Все группы	сентябрь	Ст. медсестра
Медицинское обследование состояния здоровья	Все гр.	2 раза в год	Ст. медсестра
Консультативная и просветительская работа среди педагогов и родителей по вопросам физического развития и оздоровления		в течение года	Ст. воспитатель, Ст. медсестра