

**План работы
по физической культуре
МБДОУ детского сада № 110 г. Пензы
на 2025 — 2026 учебный год**

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки здорового образа жизни.

Задачи для работы с детьми:

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Совершенствование работы по развитию физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации), применяя здоровьесберегающие технологии; формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании средствами подвижных, спортивных игр и упражнений.
3. Формирование у дошкольников навыков здорового образа жизни.

Задачи для работы с педагогами:

1. Развитие профессиональных способностей педагогов в образовательном процессе по обеспечению физического и психического здоровья дошкольников и формирование навыков здорового образа жизни, путём внедрения современных здоровьесберегающих технологий и совместного проведения интегрированных занятий, спортивных мероприятий и досугов.

Задачи для работы с семьей:

1. Взаимодействие ДОУ и семьи по формированию осознанного отношения к своему здоровью и здоровью детей и активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка.

Прогнозируемый результат работы с детьми:

1. Соответствие двигательной активности возрастным нормативам; отсутствие признаков сильного и выраженного утомления.
2. Обогащение двигательного опыта детей, овладение основными движениями; свободное и вариативное использование основных движений в самостоятельной деятельности.
3. Проявление интереса к двигательной деятельности; проявление элементов творчества при выполнении физических упражнений и игр.

Прогнозируемый результат работы с педагогами:

1. Интеграция образовательных областей по задачам физкультурно-оздоровительной работы.
2. Применение в практической деятельности инновационных технологий.
3. Профессиональный рост педагогов, развитие их творческих способностей.

Прогнозируемый результат работы с семьей:

1. Сформированность активной позиции по формированию осознанного отношения к своему здоровью и здоровью детей, повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического развития и воспитания ребенка.

Оснащение физкультурно-игровой среды

Пособия	Сроки
Подготовка спортивного инвентаря к новому учебному году.	сентябрь
Изготовление атрибутов для спортивных мероприятий.	в течение года
Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.	в течение года
Пополнение архива фото и видео материалами.	в течение года

Наблюдение за уровнем физического развития детей.

Сентябрь.

1. Мониторинг.
2. Медико-педагогический контроль.

Январь. 1. Мониторинг.

Апрель.

1. Мониторинг.
2. Медико-педагогический контроль

Тематика бесед с детьми на 2025 – 2026 учебный год

Тема	сроки
1. О правилах поведения и соблюдении техники безопасности на физкультурных занятиях (во всех возрастных группах) 2. Правила поведения в лесу во время похода (старший возраст)	Сентябрь
1. «Мои спортивные увлечения» (старший возраст)	Октябрь
1 «Режим дня: для чего он нужен?» (Средний, старший возраст)	Ноябрь
1. Беседа о зимних видах спорта, просмотр презентации (средний, старший возраст)	Декабрь
1. Беседа «Для чего нужно закаливание?» 2. Разучивание считалок для игр, пословиц и поговорок о спорте (средний, старший возраст)	Январь
1. О празднике защитников отечества. 2. Просмотр презентации: «Виды военной техники»	Февраль
1. Беседа: «Волшебство движения» – о пользе занятий спортом (средний, старший возраст)	Март
1. Беседа «О пользе режима дня» (старший возраст)	Апрель
1. «Правила поведения во время соревнований на стадионе.»	Май
1. «О правилах безопасности на воде.» 2. «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	Июнь

1. «Летние виды спорта» (старший возраст) 2. «Ходить босиком полезно!» (средний, старший возраст)	Июль
1. «О пользе витаминов и правильном питании летом» (средний, старший возраст) 2. Загадки о спорте (средний, старший возраст)	Август

План физкультурных досугов и развлечений на 2025-2026 учебный год.

месяц	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
сентябрь	Спортивное развлечение: «Весёлый мяч!»	Спортивное развлечение: «В гости к ёжикам»	Спортивный досуг: «Цветик-семицветик»	Осенний поход-квест: «В поисках ключа здоровья»
октябрь	Спортивное развлечение: «Игры с Мишуткой»	Спортивное развлечение: «В гости к бабушке»	Спортивный мини-поход: «В гости к Осени»	Спортивное развлечение «Калейдоскоп народных игр»
ноябрь	Развлечение: «Забавы в осеннем лесу»	«Игры с Капитошкой»	Спортивный досуг: «Весёлые старты!»	Осенние старты на приз «Золотого яблока»
декабрь	Игры с весёлым Снеговиком	Спортивное развлечение: «Путешествие в зимний лес»	Спортивное развлечение «В гости к Деду Морозу»	«Мы мороза не боимся!» зимние игры, забавы
январь	Неделя здоровья. Спортивный праздник: «Зимняя Спартакиада»			
февраль	Развлечение: «В гости к зайке»	Спортивное развлечение: «Путешествие в страну смелых и ловких»	«Русские богатыри»	Спортивный праздник, посвящённый Дню защитников Отечества «Русские богатыри».
март	Развлечение: «Путешествие с Лунтиком»	Спортивное развлечение: «По следам любопытной вороны»	Развлечение: «Дружно мы весну встречаем!»	Физкультурный досуг: «Спортивная карусель»
апрель	7 апреля - Всемирный День Здоровья			
	«Игры с Капитошкой»	«Игры на весенней поляне»	Турнир по бегу: «Кросс – 2026»	«Путешествие в Спортландию»
май	«В гости к Солнышку»	Спортивное развлечение: «Игры с Петрушкой»	Развлечение: «Игры под берёзой»	«Праздник народной игры»

План работы с родителями на 2025 – 2026 учебный год

Форма работы	Сроки
1. Знакомство с планом физкультурно-оздоровительной работы 2. Консультация «Как формировать представления у детей о здоровом образе жизни в семье». 3. Оформление памятки: «Собираемся в поход».	Сентябрь
1. Оформление памятки: «Игры и упражнения с обручем». 2. Консультация на тему: «Игры и упражнения с обручем, как средство физического развития ребёнка»	Октябрь
1. Консультация «Значение режима дня для здоровья ребёнка». 2. Оформление папки-передвижки «Одежда и обувь детей на физкультурных занятиях»	Ноябрь
1. Консультация «Профилактика ОРЗ и гриппа». 2. Консультация и оформление папки-передвижки «Закаливание детей в зимний период.»	Декабрь
1. Консультация «Подвижные игры с детьми на воздухе». 2. Консультация «Подвижные игры с детьми зимой». 3. Рекомендации по проведению подвижных игр в зимний период.	Январь
1. Онлайн акция «Папа – моя гордость» 2. Консультация и оформление папки-передвижки «Играйте с детьми дома». Рекомендации по проведению подвижных игр с детьми дома.	Февраль
1. Консультация «Весенние прогулки для здоровья».	Март
1. Консультация «Возможности физической культуры в речевом развитии дошкольников». 2. Семинар –практикум «Использование подвижных игр для речевого развития дошкольников» 3. Фотовыставка «Спорт в моей семье» (старший возраст)	Апрель
1. Информация о физическом развитии и физической подготовленности детей. 2. Консультация «Как организовать летний отдых детей»	Май
1. Знакомство с планом работы в летний период. 2. Оформление папки: «Закаливание детей летом» (все группы).	Июнь
1. Оформление памятки «Ходить босиком полезно!» 2. Оформление папки-передвижки «Правила безопасности на воде»(все группы)	Июль
1. Консультация о питании детей летом и пользе витаминов.	Август

План работы с педагогами на 2025 – 2026 учебный год

Форма работы	Сроки
1. Знакомство с планом физкультурно-оздоровительной работы на год.	Сентябрь
1. Консультация: «Игры и упражнения с обручем, как средство физического развития ребёнка»	Октябрь
1. Консультация: «Роль воспитателя на физкультурном занятии»	Ноябрь
1. Консультация: «Профилактика ОРЗ и гриппа»	Декабрь
1. Организация и проведение недели здоровья «Зимняя Спартакиада» 2. Консультация «Подвижные игры с детьми на воздухе».	Январь
1. Консультация по организации и проведению спортивного праздника к Дню защитников отечества (старшая, подготовительная группы) 2. Организация и проведение онлайн акции «Папа – моя гордость»	Февраль
1. Консультация: «Игры с детьми на прогулке весной»	Март
1. Консультация по проведению Дня здоровья. 2. Консультация «Возможности физической культуры в речевом развитии дошкольников»	Апрель
1. Выступление на педагогическом совете: «Анализ физкультурно-оздоровительной работы за год» • Результаты диагностики физического развития и физической подготовленности воспитанников. • Динамика развития физических качеств.	Май
1. Организация физкультурно-оздоровительной работы в летний период. 2. Консультация «Закаливание детей летом».	Июнь
1. Консультация «Ходить босиком – полезно!». Оборудование «дорожек здоровья» на участках.	Июль
1. Консультация: «Подвижные игры с детьми летом» 2. Оформление в уголках здоровья во всех группах фотовыставки «Наше весёлое лето!» 3. Планирование физкультурно-оздоровительной работы на новый учебный год.	Август

**План
физкультурных досугов и развлечений в летний период
2025 - 2026 учебный год**

№	Спортивные мероприятия	Дата	Участники
1	Физкультурный досуг к дню защиты детей: «Здравствуй Лето!»	июнь	все группы
2	Развлечение «Мы растём здоровыми!»		мл. гр.
3	Развлечение «Весёлый стадион!»		ср. гр.
4	Спортивное развлечение «Путешествие в лес»		ст. гр.
5	Развлечение «Путешествие на необитаемый остров»	июль	подг. гр.
6	Спортивный праздник «День Нептуна»		все группы
7	Развлечение «Приключения весёлых лягушат»		мл. гр.
8	Развлечение «День воды» - игры, забавы, весёлые эстафеты с водой		ср. гр.
9	Развлечение «Круиз по Чёрному морю»	август	ст. гр.
10	Квест-игра: «В поисках сокровищ»		подг. гр.
11	Спортивное развлечение «Летняя рыбалка»		мл. гр.
12	Хороводные игры «Игры под берёзой»		ср. гр.
13	Спортивный праздник «До свидания Лето!»		все группы