МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПЛАН РАБОТЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ДОО С РОДИТЕЛЯМИ НА 2026–2027 УЧЕБНЫЙ ГОД

Для дошкольных образовательных организаций
Примерный документ для адаптации под образовательную программу, годовой план и условия конкретной ДОО.

2026

1. Назначение, цель и задачи

Цель - создание устойчивого партнёрства ДОО и семьи для укрепления здоровья ребёнка, формирования положительного отношения к движению и поддержания возрастосообразной двигательной активности в детском саду и дома.

• Повышать компетентность родителей в вопросах физического развития, режима дня, безопасности и организации подвижных игр.

• Обеспечивать единые педагогические подходы к поддержке двигательной активности ребёнка в ДОО и семье.

• Вовлекать семьи в добровольные совместные мероприятия, практикумы и обсуждение индивидуальных потребностей.

• Учитывать возраст, интересы, возможности здоровья и рекомендации специалистов, включая потребности детей с ОВЗ.

• Оценивать качество взаимодействия по доступности информации, обратной связи и участию семей без сравнительного ранжирования детей.

2. Нормативно-правовые основания

• Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ, ст. 44 (редакция 2026 г.) https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/60fe09c87bb91e8dc7f6b7bd271f0a70597bdd28/

• ФГОС дошкольного образования, приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 https://docs.edu.gov.ru/document/a72db92c851c9f9c33d52d482420b477/

• ФОП ДО, приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 (в т. ч. раздел 26 о взаимодействии с семьями) https://base.garant.ru/406042493/

• ФАОП ДО для обучающихся с ОВЗ, приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1022 https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_438538/2ff7a8c72de3994f30496a0ccbb1ddafdaddf518/

• СП 2.4.2.4283-26, постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19; действует с 01.09.2026 https://base.garant.ru/414329139/

• СанПиН 1.2.3685-21 в действующей редакции; срок действия и возможные изменения в 2027 г. необходимо перепроверить https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_375839/fa69e15a74de57cbe09d347462434c11fcfeeaca/

3. Организация взаимодействия

План включает три направления по ФОП ДО: диагностико-аналитическое (выявление запросов семьи), просветительское (доступные рекомендации), консультационное (помощь по конкретным вопросам). Форматы: очные консультации, собрания, мастер-классы, семейные досуги, информационные материалы и добровольная обратная связь.

Периодичность рекомендуется устанавливать локально: одна общая тема в месяц, консультации по запросам в течение года, 1–2 практических семейных мероприятия в квартал при наличии условий и согласования с ДОО. Эти показатели — методическая модель, а не федерально установленная норма.

4. Примерный помесячный план работы

Месяц	Тема и содержание	Формы работы	Планируемый результат
Сентябрь 2026	Анкета «Движение в жизни нашей семьи»; консультация «Как организованы физкультурные занятия в ДОО»; памятка о форме и обуви	Анкетирование, родительское собрание, памятка	Изучены запросы семей; согласованы каналы связи
Октябрь 2026	Практикум «Играем вместе: подвижные игры без специального оборудования»; рекомендации по прогулкам осенью	Мастер-класс, подборка игр	Родители знают 4–5 доступных игр
Ноябрь 2026	Консультация «Двигательная активность дошкольника в режиме дня»; семейная акция «Движение каждый день»	Беседа, добровольная домашняя активность	Семьи получают возрастосообразные варианты движений

Декабрь 2026	Семейный досуг «Зимние забавы»; памятка «Безопасность зимних игр»	Досуг, памятка	Формируются привычки безопасного зимнего отдыха
Январь 2027	Практикум «Утренняя гимнастика дома»; индивидуальные консультации по запросу	Показ упражнений, беседы	Родители умеют организовать короткую игровую разминку
Февраль 2027	Семейный праздник «Папа, мама, я — спортивная семья» без обязательного соревновательного отбора	Совместный физкультурный досуг	Расширяется позитивный опыт семейного движения
Март 2027	Консультация «Осанка, стопа и двигательные привычки: что может семья»; памятка о необходимости обращения к специалисту при тревожных признаках	Консультация, памятка	Родители отличают педагогическую профилактику от лечения
Апрель 2027	Мастер-класс «Подвижные игры на прогулке»; тематическое занятие «Безопасность на площадке»	Открытый практикум, рекомендации	Семьи используют безопасные игры на улице
Май 2027	Совместный спортивный праздник «Навстречу лету»; рекомендации по двигательной активности летом	Праздник, памятка	Поддержка семейной активности в летний период
Июнь 2027	Консультация «Игры с водой и на свежем воздухе: правила безопасности»	Информационная подборка, беседа	Родители осведомлены о рисках и присмотре
Июль 2027	Семейная подборка «10 игр в отпуске и на даче»; консультации по запросам	Цифровая/печатная памятка	Доступный набор игр без спортивного инвентаря
Август 2027	Итоговая анкета для родителей; анализ откликов; рекомендации к новому учебному году	Опрос, аналитическая справка	Определены удачные формы и запросы следующего года

5. Возрастная дифференциация

Возраст	Акценты работы с родителями
1,5–3 года	Игровая ходьба, движения с предметами, совместные ритмические игры, безопасность пространства; без форсирования навыков.
3–4 года	Подвижные игры с простыми правилами, равновесие в бытовых ситуациях, радость совместного движения.
4–5 лет	Разнообразные движения, игры на ловкость и ориентацию, участие взрослых без давления и сравнения.
5–6 лет	Эстафетные игры с адаптацией правил, координация, самостоятельный выбор двигательной активности.
6–7 лет	Активные прогулки, самостоятельные игры, подготовка к школьному режиму без спортивной специализации и перегрузки.

6. Особенности взаимодействия с семьями детей с ОВЗ

• Согласовывать рекомендации с АОП ДО, заключением ПМПК и индивидуальными образовательными условиями ребёнка; при необходимости взаимодействовать с профильными специалистами.

• Не назначать самостоятельно лечебные упражнения, диагнозы, интенсивность «по группе здоровья» и медицинские ограничения; вопросы противопоказаний адресовать медицинским работникам.

• Предлагать доступные варианты участия в семейных праздниках: укороченный маршрут, меньший темп, парные действия со взрослым, сенсорные паузы и возможность наблюдения.

• Проводить индивидуальные консультации конфиденциально; не обсуждать сведения о здоровье конкретного ребёнка в общем родительском чате.

7. Безопасность и этика

• Участие родителей в дополнительных мероприятиях добровольное, не является условием получения ребёнком дошкольного образования.

• Физкультурные мероприятия не должны включать упражнения, не соответствующие возрасту и возможностям ребёнка.

• Для публикации идентифицируемых фото и видео детей требуется надлежащее правовое основание, в том числе необходимые согласия; не публиковать сведения о диагнозах.

• Информационные материалы не должны обещать лечение плоскостопия, сколиоза и иных состояний педагогическими методами.

• Перед мероприятием инструктор проверяет место, оборудование, порядок сопровождения детей, погодные условия и правила безопасности согласно локальным актам ДОО.

8. Оценка реализации плана

Итоговый анализ целесообразно вести по показателям: число проведённых мероприятий по плану; доля семей, получивших информационные материалы; востребованность тем по итогам опроса; качество обратной связи; доступность мероприятий для разных категорий семей. Не использовать показатели физической подготовленности детей как оценку качества родительского участия.

Приложение 1. Краткая анкета родителей (добровольно)

- Какие виды подвижных игр предпочитает ваш ребёнок дома и на прогулке?
- Что затрудняет совместную двигательную активность семьи?
- Какие темы консультаций интересны: режим дня, игры дома, прогулки, безопасность, упражнения по возрасту?
- В каком формате удобно получать информацию: встреча, памятка, видеоинструкция, личная консультация?
- Хотели бы вы участвовать в семейных спортивных мероприятиях? Какие условия сделали бы участие удобным?

Приложение 2. Шаблон краткой аналитической справки

Период: _____. Проведено встреч: __; практикумов: __; семейных досугов: __; информационных материалов: __. Основные запросы родителей: _____. Удачные формы работы: _____. Трудности и меры их решения: _____. Предложения на следующий учебный год: _____.

Приложение 3. Рекомендуемые учебно-методические ориентиры

Для подбора содержания использовать прежде всего разделы «Физическое развитие» и «Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся» ФОП ДО, соответствующие разделы ФАОП ДО и методические рекомендации Минпросвещения России по реализации ФОП ДО от 07.03.2023. Конкретные игры и упражнения отбирать по возрастной группе, условиям ДОО и индивидуальным возможностям детей; любые методические пособия использовать в части, не противоречащей действующим НПА.

Документ носит примерный методический характер; до утверждения сверить с ОП ДО / АОП ДО и годовым планом конкретной организации.