



Министерство дошкольного
и школьного образования

— ГОСУДАРСТВЕННОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ

Клуб
детей

ДЕТСКАЯ
ПЛОЩАДКА—
ЗДОРОВОЕ
ПОКОЛЕНИЕ!

★ ПЛАН РАБОТЫ ★
ФИЗИЧЕСКОГО ИНСТРУКТОРА

РЕСПУБЛИКА УЗБЕКИСТАН

МИНИСТЕРСТВО ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ДОШКОЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ № _____

ДЛЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ИЮЛЬ 2026 ГОДА

«СОХРАНИМ ВОДУ — СОХРАНИМ БУДУЩЕЕ»

В РАМКАХ МЕСЯЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПОД ДЕВИЗОМ

ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Инструктор по физической культуре:	 —
Количество групп:	 —
Количество воспитанников:	 —
Дата составления:	« _____ » _____ 2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзного
комитета ДОО

«_____» _____ 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

«_____» _____ 2026 г.

Подготовлено в соответствии с приказом министра
дошкольного и школьного образования Республики Узбекистан
от 26 мая 2026 года №185.

ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Нормативная база летней работы

Настоящий документ разработан на основании приказа министра
дошкольного и школьного образования Республики Узбекистан от 26 мая
2026 года №185, а также следующих нормативно-правовых документов:

Закон Республики Узбекистан №ЗРУ-595 «О дошкольном образовании
и детсадовской сети»;

Приложение 1 к приказу №185: «Методические рекомендации по
организации летней оздоровительной работы в дошкольных
образовательных организациях»;

- Приложение 2 к приказу №185: «Рекомендации по организации и
проведению месячных мероприятий под девизом «Сохраним воду —
сохраним будущее»»;
- государственная учебная программа «Илк кадам» и действующие
санитарно-гигиенические требования и требования безопасности.

1.2. Цель (на июль)

В июле деятельность инструктора по физической культуре в рамках месячника «Сохраним воду — сохраним будущее» направляется на следующие цели:

- укрепление физического развития детей, двигательной активности, ловкости, равновесия и выносливости в летний период;
- формирование навыков бережного использования водных ресурсов, экологической культуры и соблюдения правил поведения в природе через подвижные игры, эстафеты и ритмические упражнения;
- безопасная организация оздоровительных и закаляющих мероприятий с рациональным использованием факторов воздуха, солнца и воды;
- воспитание у детей любви к природе, экологической ответственности и привычек здорового образа жизни через физическую активность.

1.3. Основные задачи

1. ежедневно проводить утреннюю гимнастику на свежем воздухе с учетом возраста и состояния здоровья детей, используя темы воды и природы;
2. в рамках месячника «Сохраним воду» организовывать по плану подвижные игры, эстафеты и соревнования эколого-гигиенического характера;
3. проводить закаляющие мероприятия (ходьба босиком, дорожка здоровья, игровой массаж) на основании рекомендаций медсестры;
4. в жарких июльских условиях нормировать физическую нагрузку детей, обеспечивать защиту от солнца и питьевой режим;
5. продолжать индивидуальную работу с детьми, у которых наблюдается отставание в физическом развитии;
6. давать воспитателям и родителям рекомендации по экономии воды и продолжению физической активности дома;
7. по итогам месяца подготовить аналитический отчет о проведенной работе.

п/п	п/п	июль)
1	Утренняя гимнастика	Ритмические упражнения на темы воды, дождя, облака, солнца, дыхательная гимнастика, образные движения «Капелька».
2	Подвижные игры	Эстафеты «Прыжки по камням», «Воды», «Сморок», «Зеленый луг», «Солнечный свет», гигиенические упражнения.
3	Спортивные эстафеты, соревнования	«Прыжки по камням», «Воду?», «Искупаться в чистой воде», «Защитники природы», «Эстафеты мини-спартакиады».
	Физкультура	Дорожка здоровья (босиком), игровой массаж, воздушные ванны, движения с защитой от солнца.
		Перетягивание каната,

veb-saytimiz: Zokirjon.com

**Zokirjon.com veb-sayti orqali o‘zingiz uchun kerakli
ma’lumotlarni yuklab oling.**

[Zokirjon Admin bilan](http://Zokirjon.com)

**90-530-88-18, 91-328-88-38 nomerga telegramdan
yozishingiz yoki telegramdan jek456 izlab
telegramdan yozishingiz so‘raladi.**

Telegramda murojaatingizga o‘z vaqtida javob beriladi.

**O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta’limi
vazirining 2026-yil 26-maydagi 185-son buyrug‘i 1- va 2-ilovalari,**

**Suv resurslarini tejash, Ekologik tarbiya va Gigiyena
madaniyatini shakllantirishga qaratilgan**

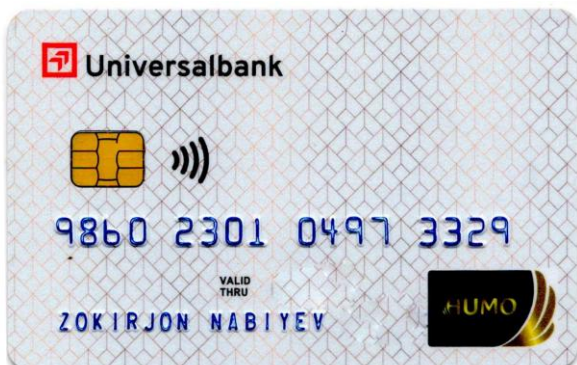
**“Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz” shiori ostidagi oylik
tadbirlarni tashkil etish va o‘tkazish bo‘yicha
rus bog‘chalarga Jismoniy tarbiya yo‘riqchisi iyul oyi ish rejasini
to‘liq holda olish uchun telegramdan yozing**

Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To‘lov uchun: HUMO 9860230104973329

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



DIQQAT!!!

**Bu hujjatni hech kimga tarqatmaslik sharti
bilan olishingiz mumkin.**

Sizga bu OMONAT qilib beriladi.

To‘liq holda olganingizdan so‘ng:

Faqat o‘zingiz uchun foydalaning.

**Hech kimga bermang hattoki eng yaqin
insoningizga ham.**

Internet veb-saytlarga joylamang.

**Telegram orqali kanal va gruppalariga
tarqatmang.**

OMONATGA

HIYONAT QILMANG.

Online kompyuter xizmatlari

O'zbek va rus bog'chalari uchun

Buyutirma asosida

MTT direktori, **direktor o'rinbosari**, MTT psixologi, **defektologi**, musiqa rahbari, **jismoniy tarbiya yo'riqchisi**, MTT hamshirasi, **XIBDO** va tarbiyachilar uchun:

testlar, **to'garaklar**, **bayram tadbir senariylari**, **ochiq faoliyat ishlanmalar va slaydlar** (taqdimotlar), **refetarlar**, **mustaqil ishlar**, **ko'rgazma va tarqatmalar**, **faxriy yorliq**, **diplom**, **tashakkurnomalar** va boshqa hujjatlarni tayyorlab beramiz.

Tel:91669-34-74 **Telegramdan:@talimxizmatlar** izlab toping.

Подготавливаем для **директора МТТ**, **заместителя директора**, **психолога МТТ**, **дефектолога**, **музыкального руководителя**, **инструктора по физической культуре**, **медсестры МТТ**, **ХИБДО** и **воспитателей**:

тесты, **кружки**, **сценарии праздничных мероприятий**, **разработки открытых занятий и слайды (презентации)**, **рефераты**, **самостоятельные работы**, **выставки и раздаточные материалы**, **почётные грамоты**, **дипломы**, **благодарственные письма** и другие документы.

Тел: 91669-34-74 **Telegram: @talimxizmatlar** (найдите по поиску)