ЦИКЛОГРАММА

Планирования деятельности инструктора по физической культуре

01.09-02.09.2022 г

Недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
				01.09.22г	02.09.22Γ
Подготовка к ОД			Проветривание по	мещения, подготовка к ОД	I
ОД по расписанию ДО.					Младшая группа Максаты/Цели:
					Учить детей выполнять упражнения вместе с педагогом используя зрительные ориентиры, словесные указания в игровой форме (имитации животных). Быть внимательным, запоминать движения педагога и стараться правильно имитировать животных Подвижная игра «Мышеловка»

				Средняя Мақсаты/ Цели:
				Подскоки вверх на месте.
				Учить находить свое место
				в колонне. Закреплять
				умение энергично
				отталкиваться от пола
				двумя ногами
				одновременно.
				Упражнять в ходьбе по
				уменьшенной площади
				опоры. Подвижная игра
				«Пастух и волк
				Старшая группа Мақсаты/ Цели: учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед. Подвижная игра « Волк и орим »
Индивидуальная работа				овцы» Ходьба по залу на носках,на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора. ОРУ диагностика. Подвиж. игра: «С кочки
Работа с документацией	Корректировка пла	анов на следующую неделю.		на кочку». Дых.гимн: « Котята».

Работа по самообразованию	.Работа по самообразованию. Работа с метадической литературой.
Работа с родителями	Консультация для родителей.

Г.А.Анисимова

ЦИКЛОГРАММА

Планирования деятельности инструктора по физической культуре

05.09.-09.09.2022 г

Недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	05.09.2022г	06.09.2022г	07.09.2022Γ	08.09.2022Γ	09.09.2022г
Подготовка к ОД		Проветри	 ивание помещения, подг	отовка к ОД	1
ОД по расписанию ДО.	Младшая группа Маската/ Цели: Построение в колонну по одному. Подскоки вверх на месте. Учить изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Закреплять умение строиться в колонну по одному. Подвижная игра «Палочкастукалочка» Средняя группа Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в		Старшая группа Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге ,в колонне по одному, по двое, по трое. В беге врассыпную, парами. Учить прыгать на месте, с продвижение вперед на расстоянии 3-4 метра сохраняя Средняя группа Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге ,в колонне по одному, по двое, по трое. В		Младшая группа Максаты/Цели:Учить ходить в колонне по одному сохраняя направление, формировать умение останавливаться по сигналу педагога; закреплять умение строиться в круг, согласовывать свои действия с действиями других детей; развивать внимание, ориентировку в пространстве. Подвижная игра «

колонне по одному, по двое, по трое. В беге врассыпную, парами. Учить прыгать на месте, с продвижение вперед на расстоянии 3-4 метра сохраняя равновесие. Подвижная игра « Волк и овцы»

Старшая группа

Мақсаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге ,в колонне по одному, по двое, по трое. В беге врассыпную, парами. Учить прыгать на месте, с продвижение вперед на расстоянии 3-4 метра сохраняя равновесие.

беге врассыпную, парами. Учить прыгать на месте, с продвижение вперед на расстоянии 3-4 метра сохраняя равновесие. Подвижная игра « Волк и овцы»

Младшая группа

Максаты/Цели:Учить ходить в колонне по одному сохраняя направление, формировать умение останавливаться по сигналу педагога; закреплять умение строиться в круг, согласовывать свои лействия с действиями других детей; развивать внимание, ориентировку в пространстве.

Катай мяч»

Средняя группа

Мақсаты/ Цели:.
Построение в колонну по одному. Подскоки вверх на месте. Учить изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога.
Закреплять умение строиться в колонну по одному. . Подвижная игра «Палочкастукалочка»

Старшая группа

Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге ,в колонне по одному, по двое, по трое. В беге врассыпную, парами. Учить прыгать на месте, с продвижение вперед на расстоянии 34 метра сохраняя равновесие. Подвижная игра « Волк и овцы»

Индивидуальная		Ходьба по залу на носках,на			Ходьба по залу на
работа.		пятках; легкий бег, с ускорением			носках,на пятках; легкий
		по команде инструктора. ОРУ			бег, с ускорением по
		диагностика. Подвиж. игра: «С			команде инструктора.
		кочки на кочку».			ОРУ диагностика.
		Дых.гимн: « Котята».			Дыхательная гимнастика: «Котята» Подвиж.игра : « С кочки на кочку»
Работа с документацией	Ратота с картотекой				
Работа по самообразованию	Подготовка информации	I			
Работа с родителями	Консультация для родит	елей, беседы « Вместе выбираем ви	д спорта»!Помощь роди	гелям какой вид спорта луч	ше выбрать для ребенка.

ЦИКЛОГРАММА

Планирования деятельности инструктора по физической культуре.

12.09-16.09.2022Γ

Недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	12.09.2022Γ	13.09.2022г	14.09.2022г	15.09.2022г	16.09.2022г
Подготовка к ОД		•	ветривание помещения, подгото рибутов, влажная уборка в зале	, ,	
ОД по расписанию ДО.	Младшая группа Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте, с высоким подниманием колен. Прыжки на месте на двух ногах(с продвижением вперед на расстоянии 2-3 метра). Учить находить свое место в колонне. Подвижная игра «Хитрая лиса» Средняя группа Максаты/ Цели: Подскоки вверх на месте, с высоким		Старшая группа Максаты/ Цели: Учить сохранять устойчивое равновесие при высоком поднимании колен, змейкой между расставленными в одну линию предметами. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола с мешочком, зажатым между колен. Подвижная игра « Горелки» Младшая группа Максаты/Цели: Учить выполнять бег с остановкой и в колонне по одному с выполнением задания (встать на скамейкуравновесие),		Младшая группа Мақсаты/Цели: Учить выполнять бег с остановкой и в колонне по одному с выполнением задания (встать на скамейку- равновесие), закреплять умение останавливаться по сигналу, сохранять равновесие на повышенной опоре. Подвижная игра « Перелет птиц» Средяя группа Мақсаты/ Цели:

Подскоки вверх на месте, подниманием закреплять колен. Прыжки на умение с высоким месте на двух останавливаться подниманием колен. ногах(с по сигналу, сохранять Прыжки на месте на двух продвижением равновесие на ногах(с вперед на повышенной опоре. продвижением вперед на расстоянии 2-3 Подвижная игра « расстоянии 2-3 метра). Учить Перелет птиц» находить свое метра). Учить находить место в колонне. свое место в колонне. Подвижная игра Подвижная игра «Хитрая лиса «Хитрая лиса» Старшая группа Мақсаты/ Цели: Старшая группа Учить сохранять Мақсаты/ Цели: Учить устойчивое сохранять устойчивое равновесие при равновесие при высоком высоком поднимании колен, поднимании колен, змейкой между змейкой между расставленными в расставленными в одну одну линию линию предметами. предметами. Упражнять в Упражнять энергичном энергичном отталкивании двумя отталкивании ногами от пола с двумя ногами от мешочком, зажатым пола cмежду колен. мешочком Подвижная игра « зажатым между Горелки» колен. Подвижная игра «Горелки»

Индивидуальная	Ходьба по залу на	Ходьба по залу на
работа	носках,на пятках;	носках, на пятках; легкий
	легкий бег, с	бег, с ускорением по
	ускорением по	команде инструктора.
	команде инструктора.	ОРУ без
	ОРУ без предмета.	предмета.Перелазание
	Ходить по наклонной	через обруч.
	доске с поддержкой	Подвиж.игра: « с кочки
	инструк. Упр.	на кочку» Дых.гимн «
	«Попади в обруч»	Котята»
	Подвиж.игра: « c	
	кочки на кочку»	
	Дых.гимн « Котята»	
Работа с документацией	Коррекционная работа с документацией	
Работа самообразования	Подготовка информации	
Работа с	Консультация для родителей, беседы на	
родителями	тему « Воспитаем детей здоровыми»	

Г.А.Анисимова

ЦИКЛОГРАММА

Планирования деятельности инструктора по физической культуре.

19.09-23.09.2022Γ

Недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	19.09.2022г	20.09.2022г	21.09.2022г	22.09.2022г	23.09.2022г
Подготовка к ОД		Провет	ривание помещения, под	готовка к ОД	
ОД по расписанию	Младшая группа		Старшая группа		Старшая группа
ДО.	Мақсаты/Цели: Учить		Мақсаты/ Цели: Учить		Мақсаты/ Цели: Учить
	принимать правильное		ходьбе на носках,		ходьбе на носках, пятках,
	исходное положение		пятках, на внутренней		на внутренней и внешней
	при выполнении		и внешней стороне		стороне стоп. Прыжки по
	прыжков в длину с		стоп. Прыжки по		прямой(расстояние 6
	места в плоский обруч		прямой (расстояние 6		метров) сохраняя
	лежащий на земле (метров) сохраняя		равновесие. Подвижная
	согласовывать		равновесие.		игра «
	движения рук, вниз-		Подвижная игра «		Ловишки(с ленточками)
	вперед с толчком ног),		Ловишки (с		».
	держать равновесие и		ленточками)		Младшая группа
	сохранять осанку.				Мақсаты/Цели: Учить
			Младшая группа		принимать правильное
	Средняя группа		Мақсаты/Цели:		исходное положение при
	Мақсаты/Цели:		Учить принимать		выполнении прыжков в
	Упражнять детей в		правильное исходное		-
	ходьбе и беге в колонне		положение при		длину с места в плоский

	по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Караси и щука» Старшая группа Максаты/ Цели: Учить ходьбе на носках, пятках, на внутренней и внешней стороне стоп. Прыжки по прямой (расстояние 6 метров) сохраняя равновесие. Подвижная игра «Гори, гори ясно»		выполнении прыжков в длину с места в плоский обруч лежащий на земле (согласовывать движения рук, внизвперед с толчком ног), держать равновесие и сохранять осанку. Средняя группа Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Караси и шука»	обруч лежащий на земле (согласовывать движения рук, вниз- вперед с толчком ног), держать равновесие и сохранять осанку. Подвижная игра « Гори, гори ясно» Средняя группа Максаты/ Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Караси и щука»
Индивидуальная работа		Ходьба по залу на носках,на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора. ОРУ без предмета. Ходить по наклонной доске с поддержкой инструк. Упр. «Попади в обруч» Подвиж.игра: « с кочки на кочку» Дых.гимн « Котята»		Ходьба по залу на носках,на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора. ОРУ без предмета.Перелазание через обруч. Подвиж.игра: « с кочки на кочку» Дых.гимн « Котята»

Работа с дукоментацией	Составление красочных физкультминуток
Работа самообразования	Деятельности детей о подвижных игр и других етодик.
Работа с родителями	Консультации « Советы нашей семьи»

Г.А.Анисимова

ЦИКЛОГРАММА

Планирования деятельности инструктора по физической культуре.

26.09-30.09.2022Γ

Недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	26.09.2022г	27.09.2022г	28.09.2022г	29.09.2022г	30.09.2022г
Подготовка к ОД		Проветр	ивание помещения, под	готовка к ОД	
ОД по расписанию ДО	Младшая группа Максаты/Цели: Закрепить навыки формирования свободной ходьбы и формирование навыков бега в колонне по одному, формирование техники прыжка в длину с места. Подвижная игра «Хитрая лиса» Средняя группа Максаты/Цели: Упражнять детей в ходьбе на пятках, на наружних		Старшая гуппа Максаты/ Цели: : Учить построению в колонну по двое, по трое(высоко поднимая согнутую в колене ногу), держав при этом равновесие. Прыжки на двух нога, прыжки на левой ,правой ноге (меняя положение ног) держав равновесие. Подвижная игра «Коршун и наседка» Младшая группа Максаты/Цели: Закрепить навыки формирования свободной ходьбы и		Младшая группа Мақсаты/Цели: Закрепить навыки формирования свободной ходьбы и формирование навыков бега в колонне по одному, формирование техники прыжка в длину с места. Подвижная игра «Хитрая лиса» Средняя группа Мақсаты/Цели: Упражнять детей в ходьбе на пятках, на наружних стопах, мелким и широким

	стопах, мелким и широким шагом. В обычном беге, на носках. Бег врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие. Подвижная игра «Лягушка и цапля». Старшая гуппа Максаты/ Цели: Учить построению в колонну по двое, по трое(высоко поднимая согнутую в колене ногу), держав при этом равновесие. Прыжки на двух нога, прыжки на левой ,правой ноге (меняя положение ног) держав равновесие. Подвижная игра « Коршун и наседка		формирование навыков бега в колонне по одному, формирование техники прыжка в длину с места. Подвижная игра «Хитрая лиса» Средняя группа Максаты/Цели: Упражнять детей в ходьбе на пятках, на наружних стопах, мелким и широким шагом. В обычном беге, на носках. Бег врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие.		шагом. В обычном беге, на носках. Бег врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие. Подвижная игра «Лягушка и цапля». Старшая гуппа Максаты/ Цели: Учить построению в колонну по двое, по трое(высоко поднимая согнутую в колене ногу), держав при этом равновесие. Прыжки на двух нога, прыжки на левой, правой ноге (меняя положение ног) держав равновесие. Подвижная игра «Коршун и наседка».
Индивидуальная работа		Ходьба по залу на носках, на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора. ОРУ с шнуром. Метание мешочка с песком от плеча одной рукой (левой,			Ходьба по залу на носках, на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора. ОРУ с шнуром. Подлезание под гимн.скамейку.Подвиж.игр
Работа самообразования	Работа с литературой	1 (1120)	1	1	
Работа с родителями	Консультация « Десяті	ь советов родителям по оздоро	овлению детей»		

 \exists

Т