

Утверждаю: 

Циклограмма

Сентябрь 04.09 - 08.09.2023 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Найди свое место» №4 -перешагивание через предметы, сохраняя равновесие и правильную осанку. - прыжки на двух ногах «змейкой» 3.П/игра: «Мы веселые ребята» №5 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Найди свое место» №4 -перешагивание через предметы, сохраняя равновесие и правильную осанку. - прыжки на двух ногах «змейкой» 3.П/игра: «Мы веселые ребята» №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Найди свое место» №4 - построение в колонну, равняться на ведущего. - ходьба и бег между предметами, враспынную с остановкой по сигналу 3.П/игра: «Чье звено скорее соберётся?» №2 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «По ровненькой дорожке» №1 -ходьба и бег с помощью игровых упражнений. -ходьба и остановка в колонне по сигналу педагога; 3.П/игра: «Слушай сигнал» №2 9.55 – 10.15	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Подбрось- поймай» №6 - подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками. - прыжки на месте с поворотом кругом 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №7 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра: «Скок - поскок» №5 -П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД -прыжки ноги вместе, ноги врозь игра: «Классики» №5 - игра: «Проползи в туннель» №22 ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени в разном направлении; 3.П/игра: «Горячий мяч» №6 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД -прыжки ноги вместе, ноги врозь игра: «Классики» №5 - игра: «Проползи в туннель» №22 ползание на четвереньках с опорой	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Кролики» №3 -подпрыгивание на двух ногах на месте; - подскоки, ноги вместе, ноги врозь; 3.П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Кролики» №3 -подпрыгивание на двух ногах на месте; - подскоки, ноги вместе, ноги врозь; 3.П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 10.00 – 14.00

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Чьё звено скорее соберётся?» №2 3.М/игра: «Летает-не летает» №9 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Чьё звено скорее соберётся?» №2 3.М/игра: «Летает-не летает» №9 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	«Акбота» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «По ровненькой дорожке» №1 -ходьба и бег с помощью игровых упражнений. -ходьба и остановка в колонне по сигналу педагога; 3.П/игра: «Слушай сигнал» №2 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Найди свое место» №4 - построение в колонну, равняться на ведущего. - ходьба и бег между предметами, враспынную с остановкой по сигналу 3.П/игра: «Чьё звено скорее соберётся?» №2 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	(на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД - П/игра: «Горячий мяч» №1 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	на ладони и колени в разном направлении; 3.П/игра: «Горячий мяч» №6 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №6 - подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками. - прыжки на месте с поворотом кругом 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №7 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра: «Скок - поскок» №5 -П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	---	---

			«Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД - П/игра: «Горячий мяч» №1 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Сентябрь 11.09 - 15.09.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД -перестроения в колонну, шеренгу, круг по сигналу «Слушай сигнал»№10 - броски мяча вперед-вверх и ловля его двумя руками. 3.П/игра: «Мяч водящему» №11 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД -перестроения в колонну, шеренгу, круг по сигналу «Слушай сигнал»№10 - броски мяча вперед-вверх и ловля его двумя руками. 3.П/игра: «Мяч водящему» №11	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД «С кочки на кочку» №9 - прыжки на двух ногах из обруча в обруч. - упражнять детей в бросании и ловле мяча. «Подбрось - поймай» №10 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» № 11 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 - умение прокатывать мяч, лазать под шнур (под шнур, под дугу) «Прокати и догони» №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Поспешите не урони» №12 -прыжки на двух ногах «змейкой» между предметами - ходьба по скамейке с перекладыванием на каждый шаг мяча впереди себя и за спиной 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №13 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра: «Солнышко и дождик» №10 -П/игра: «Огуречик,огуречик» №4	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8 - формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. - прыжки на двух ногах через шнуры 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №1 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 -подскоки, ноги вместе, ноги врозь; - ходьба по уменьшенной площади опоры 3.П/игра: «Найди свой домик» №9 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 -подскоки, ноги вместе, ноги врозь; - ходьба по уменьшенной площади опоры 3.П/игра: «Найди свой домик» №9 10.00 – 14.00

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- изменять направление при ходьбе в колонне игра «Поезд» №7 3.П/игра: «У медведя во бору» №8 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №1 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 - умение прокатывать мяч, лазать под шнур (под шнур, под дугу) «Прокати и догони» №14 - изменять направление при ходьбе в колонне игра «Поезд» №7 3.П/игра: «У медведя во бору» №8 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №1 2.ОВД «С кочки на кочку» №18 - прыжки на двух ногах из обруча в обруч. - упражнять детей в бросании и ловле мяча. «Подбрось - поймай» №51 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» № 57	3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД - П/игра: «День и ночь» №8 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. - прыжки на двух ногах через шнуры 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №1 2.ОВД игра: «Поспеси не урони» №12 -прыжки на двух ногах «змей кой» между предметами - ходьба по скамейке с перекладыванием на каждый шаг мяча впереди себя и за спиной 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №13 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД -П/игра: «Солнышко и дождик» №10	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	--	---

	11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 3.М/игра: «Тишина»№8 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №1 2.ОВД - П/игра: «День и ночь» №8 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Сентябрь 18.09 - 22.09.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №2 2.ОВД п/и: «С кочки на кочку» №9 - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Найди себе пару» №13	1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14
1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №6 - учить прыгать на двух ногах с мешочком, зажатым между колен - броски мяча вперед-вверх и ловля его двумя руками.	3.П/игра: «Горячий мяч» №6	1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Найди себе пару» №18 -прыжки боком на двух ногах через аркан, формировать навыки энергичного отталкивания; -броски мяча друг другу в парах с расстояния 1,5м	- закреплять умение прокатывать мяч друг другу - упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени	- закреплять умение прокатывать мяч друг другу - упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени
3.П/игра: «Веселые старты» №14	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа	3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17	3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20	3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №2 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа
1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №6 - учить прыгать на двух ногах с мешочком, зажатым между колен - броски мяча вперед-вверх и ловля его двумя руками.	- учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки. - закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами	1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» №17 -П/игра: «Найди свой цвет» №15	1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Найди себе пару» №13 - ходьба и бег между предметами	1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 - закреплять умение прокатывать мяч друг другу - упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени
3.П/игра: «Веселые старты» №14				

11.35 – 12.00 «Капельки» страшая группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшая группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	П/игра: «Зайцы и волк» № 11 3.П/игра: «Самолеты» №12 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №2 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 - учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки. - закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами П/игра: «Зайцы и волк» № 11 3.П/игра: «Самолеты» №12 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №2 2.ОВД п/и:«С кочки на кочку» №9 - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики - прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3.П/игра: ««Горячий мяч» № 6 11.00 – 13.00	3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-совершенствовать умение в ползании на скамейке и равновесии. 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Найди себе пару» №18 -прыжки боком на двух ногах через аркан, формировать навыки энергичного отталкивания; -броски мяча друг другу в парах с расстояния 1,5м 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» № 17 -П/игра: «Найди свой цвет» № 15 3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12	П/и: «Слушай сигнал» № 2 3.П/игра: «Мыши в кладовой» № 13 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	---	--

	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Сентябрь 25.09 - 29.09. 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №2
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №10 -упражнять детей в бросании и ловле мяча -учить прыгать боком на двух ногах через аркан. 3.П/игра: «Мы веселые ребята» №16	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 -учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. -прыжки боком на двух ногах через аркан 3.П//игра: «Удочка» №23	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8 -формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами 3.П/игра: «Быстро возьми,быстро положи» №12	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правиль -ное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокаты -вать мяч 3.П/игра: «Прокати и догони» №14
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Великаны и карлики» №20 -учить бегать широким и мелким шагом, совершенствовать координацию движений рук и ног -закреплять ползание по гимнасти -ческой скамейке на животе 3.П/игра: «Проползи в туннель» №21	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра:«Пройди по тропинке»№18 -учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие -закреплять умение прыгать на 2 ногах до предмета 3.П/игра: «Огуречик, огуречик» №4	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Найди свой домик»№9 3.М/игра: «Поезд»№14	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правиль -ное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокаты -вать мяч 3.П/игра: «Прокати и догони» №14
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Великаны и карлики» №20 -учить бегать широким и мелким шагом, совершенствовать координацию движений рук и ног		12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе)		

-закреплять ползание по гимнасти - ческой скамейке на животе 3.П/игра: «Проползи в туннель» №21 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра «Брось за флажок» №14 -П/игра: «День и ночь» № 1 3.М/игра: «Съедобное несъедобное» №7 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра «Брось за флажок» №14 -П/игра: «День и ночь» № 1 3.М/игра: «Съедобное несъедобное» №7 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра:«Пройди по тропинке»№18 -учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие -закреплять умение прыгать на 2 ногах до предмета 3.П/игра: «Огуречик, огуречик» №4 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №10 -упражнять детей в бросании и ловле мяча -учить прыгать боком на двух ногах через аркан. 3.П/игра: «Мы веселые ребята» №16 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Ловишка, бери ленту» №50 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами 3.П/игра: «Быстро возьми,быстро положи» №12 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №2 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 -учить метать мелкие предметы в горизонтальную цель. -прыжки боком на двух ногах через аркан 3.П/игра: «Удочка» №23 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	---	---	---	---

			-П/игра: «Найди свой домик» №9 3.М/игра: «Поезд» №14 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 П/игра: «Ловишка, бери ленту» №50 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Октябрь 02.10 - 06.10.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал»№10 -учить прыгать в высоту, доставая предмет -продолжать учить сохранять равно-весие при выполнении ходьбы по канату боком, приставным шагом. 3.П/игра:«Самый ловкий,быстрый»№17 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал»№10 -учить прыгать в высоту, доставая предмет	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Найди себе пару»№13 - учить детей ходить по скамейке боком приставным шагом. -упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры. 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 - учить прыгать в длину на расстоянии не менее 40см -упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени при ползании под дугой. 3.П/игра: «Мышки» №19	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №24 - учить в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч -упражнять в пролезании в обруч боком 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый с цифрами» №25 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра: «Цветные автомобили» №20 -П/игра: «Солнышко и дождик» №10 3.М/игра: «Мы топаем ногами»№12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра «Пробеги тихо»№41 - учить менять направление траектории мяча при катании между предметами. -умение пролезать в обруч 3.П/игра: «Быстро возьми»№42 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра «Пробеги тихо»№41 - учить менять направление траектории мяча при	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра:«Прокати и догони» №14 - учить энергично отталки-вать мяч и сохранять направление движения мяча - ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы 3.П/игра: «Погреми погремушкой» №17 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра:«Прокати и догони» №14 - учить энергично отталки-вать мяч и сохранять направление движения мяча - ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы

-продолжать учить сохранять равно-весие при выполнении ходьбы по канату боком, приставным шагом. 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра «День,ночь,огонь,вода» №17 -П/игра: «Мы веселые ребята» № 16 3.М/игра: «Съедобное -несъедобное» №7 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра «День,ночь,огонь,вода» №17 -П/игра: «Мы веселые ребята» № 16 3.М/игра: «Съедобное -несъедобное» №7 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 - учить прыгать в длину на расстоянии не менее 40см -упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени при ползании под дугой. 3.П/игра: «Мышки» №19 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Найди себе пару» №13 - учить детей ходить по скамейке боком приставным шагом. -упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры. 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД - П/игра: «Поменяйся местами» №2 - П/игра: «Горячий мяч» №1 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	катании между предметами. -умение пролезать в обруч 3.П/игра: «Быстро возьми» №42 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №24 - учить в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч -упражнять в пролезании в обруч боком 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый с цифрами» №25 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра: «Цветные автомобили» №20 -П/игра: «Солнышко и дождик» №10	3.П/игра: «Погреми погремушкой» №17 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	--	--

			3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД - П/игра: «Поменяйся местами» №2 - П/игра: «Горячий мяч» №1 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Октябрь 09.10 – 13.10. 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №3
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в беге в медленном темпе 1-1,5 минут	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в беге в медленном темпе 1-1,5 минут	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 -подскоки, ноги вместе, ноги врозь;
1.ОРУ №3 2.ОВД -игра: «Сделай фигуру»№24 - учить ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие -закреплять умение выполнять прыжки в высоту,доставая предмет	3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - учить прыгать на правой и левой ноге между предметами. -упражнять в перебрасывании мяча через натянутую сетку	3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17	3.П/игра: «Кот и мышки»№22
3.П/игра: «Мяч водящему» №11	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Через ручеек» №21 - закрепить прыжки в длину на расстоянии не менее 40см - упражнять в ползании на четвереньках под 3 дугами	1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра: «Солнышко и дождик» №10 -П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 3.М/игра: «Тишина»№8	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в беге в медленном темпе 1-1,5 минут	1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Скок - поскок» №5 -подскоки, ноги вместе, ноги врозь; - закреплять умение проползать под веревкой, не касаясь ее головой
1.ОРУ №3 2.ОВД -игра: «Сделай фигуру»№24 - учить ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие	3.П/игра: «Солнышко и дождик» №10	12.00 – 12.30		3.П/игра: «Кот и мышки»№22
				10.00 – 14.00

-закреплять умение выполнять прыжки в высоту, доставая предмет 3.П/игра: «Мяч водящему» №11 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Через ручеек» № 21 - закрепить прыжки в длину на расстоянии не менее 40см - упражнять в ползании на четвереньках под 3 дугами 3.П/игра: «Солнышко и дождик» №10 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в беге в медленном темпе 1-1,5 минут - формировать умение прыгать на препятствие (высота 20см) 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД - П/игра: «День и ночь» №8 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- формировать умение прыгать на препятствие (высота 20см) 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №17 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №3 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - учить прыгать на правой и левой ноге между предметами. - упражнять в перебрасывании мяча через натянутую сетку 3.П/игра: «День, ночь, огонь, вода» №13 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД -П/игра: «Солнышко и дождик» №10 -П/игра: «Огуречик,огуречик» №4 3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30	Изучение методической литературы, работа с документацией
--	---	---	--	---

	Совместная работа со специалистами, педагогами		«Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №3 2.ОВД - П/игра: «День и ночь» №8 - П/игра: «Поменяйся местами» №2 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	---	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Октябрь 16.10 - 20.10.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №4 2.ОВД п/игра: «Пробеги тихо» №41 - учить ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом, спрыгивать со скамейки на полусогнутые ноги. - закреплять умение энергично подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление при катании между предметами	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №4 2.ОВД п/и: «Брось за флажок» №14 - упражнять в перебрасывании мяча через натянутую сетку. - упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры	1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Самолеты» №12 - упражнять бегать «змейкой» - учить бросать предметы в горизонтальную цель двумя руками снизу п/и: «Попади в обруч» № 24 3.П/игра: «Мыши в кладовой» № 13
1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №16 - закреплять броски мяча через натянутую сетку - упражнять прыгать на правой и левой ноге поочередно 3.П/игра: «Волк во рву» №26	3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20	1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Самый ловкий, быстрый» № 17 - совершенствовать навыки прокатывания фитбола между предметами - формировать умение прыгать на препятствие (высота 20см) 3.П/игра: «Встречные перебежки» №27	3.П/игра: «Охотники и лисички» № 43	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Самолеты» №12 - упражнять бегать «змейкой» - учить бросать предметы в горизонтальную цель двумя руками снизу п/и: «Попади в обруч» № 24 3.П/игра: «Мыши в кладовой» № 13
1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №16 - закреплять броски мяча через натянутую сетку - упражнять прыгать на правой и левой ноге поочередно 3.П/игра: «Волк во рву» №26	1.ОРУ №4 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 -ходьба с выполнением заданий	1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» № 17 -П/игра: «Найди свой цвет» № 15	1.ОРУ №4 2.ОВД п/и: «Брось за флажок» №14 - упражнять в перебрасывании мяча через натянутую сетку.	

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- упражнять в прокатывании мяча в ворота -прыжки в высоту, доставая предмет п/игра: «Поймай комара» № 23 3.П/игра: «Самолеты» №12 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №4 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 -ходьба с выполнением заданий - упражнять в прокатывании мяча в ворота -прыжки в высоту, доставая предмет п/игра: «Поймай комара» № 23 3.П/игра: «Самолеты» №12 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №4 2.ОВД п/игра: «Пробеги тихо» №41 - учить ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом, спрыгивать со скамейки на полусогнутые ноги. - закреплять умение энергично подталкивать фитбол пальцами рук и	3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры 3.П/игра: ««Охотники и лисички» № 43 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №4 2.ОВД игра:«Самый ловкий,быстрый» № 17 - совершенствовать навыки прокатывания фитбола между предметами - формировать умение прыгать на препятствие (высота 20см) 3.П/игра:«Встречные перебежки» №27 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» № 17 -П/игра: «Найди свой цвет» № 15	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	--	---

	менять направление при катании между предметами 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

20.10.2023 г. – Веселые старты совместно с родителями на базе ОСДЮСШ по теннису.

Утверждаю: _____



Циклограмма

Октябрь 23.10 - 27.10.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Великаны и карлики» №20 -учить бегать широким и мелким шагом, совершенствовать координацию движений рук и ног -закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе 3.П/игра: «Проползи в туннель» №21 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Великаны и карлики» №20 -учить бегать широким и мелким шагом, совершенствовать координацию движений рук и ног	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №10 -упражнять детей в бросании и ловле мяча -учить прыгать боком на двух ногах через аркан. 3.П/игра: «С кочки на кочку» №9 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Пройди по тропинке» №18 -учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие -упражнять в катании мячей друг другу 3.П/игра: «Прокати и догони» №14		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Перелет птиц» №19 -учить лазать по гимнастической стенке разноименным способом -упражнять детей ходить по гимнастической скамейке перекладывая мяч из руки в руку перед собой и за спиной 3.П/игра: «Ловишки» №44 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №4 2.ОВД	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №4 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокатывать мяч 3.П/игра: «Прокати и догони» №14 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокатывать мяч 3.П/игра: «Прокати и догони» №14

-закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе 3.П/игра: «Проползи в туннель» №21 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра «Брось за флажок» №14 -П/игра: «День и ночь» № 1 3.М/игра: «Съедобное несъедобное» №7 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра «Брось за флажок» №14 -П/игра: «День и ночь» № 1 3.М/игра: «Съедобное несъедобное» №7 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра:«Пройди по тропинке»№18 -учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие -упражнять в катании мячей друг другу 3.П/игра: ««Прокати и догони»№14 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Подбрось - поймай» №10 -упражнять детей в бросании и ловле мяча -учить прыгать боком на двух ногах через аркан. 3.П/игра: «С кочки на кочку» №9 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		игра: «Перелет птиц» №19 -учить лазать по гимнастичес -кой стенке разноименным способом -упражнять детей ходить по гимнастической скамейке перекладывая мяч из руки в руку перед собой и за спиной 3.П/игра: «Ловишки» №44 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №4 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №28 -учить метанию мешочка с песком на дальность -упражнять в ползании на четвереньках по гимнастичес -кой скамейке. 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	--	---

			(на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Найди свой домик» №9 3.М/игра: «Поезд» №14 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №4 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Ловишки» №19 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Ноябрь 30.10 - 03.11. 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №5	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №5
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 -учить метать мячи в вертикальную цель с расстояния 1,5метра.	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	2.ОВД игра «Брось за флажок» №14	2.ОВД игра:«Поезд» №7 - учить ходить и бегать «змейкой»
1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 - учиться лазать по гимнастической лестнице одноименным способом, с переходом от одной стенки к другой. - упражняться прыгать на правой и левой ноге через шнуры, линии.	3.П/игра:«Великаны - карлики» №28	1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить бросать мячи в вертикальную цель с расстояния 1,5м - развивать умение перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди	- учить метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5м) - закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	- совершенствовать умение ползать на четвереньках между предметами, дугу
3.П/игра:«Самый ловкий,быстрый»№17		3.П/игра: «Мяч водящему» №11	3.П/игра:«Проползи в туннель» №22	3.П/игра: «Погреми погремушкой» №17
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №5	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №5
1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 - учиться лазать по гимнастической лестнице одноименным способом, с переходом от одной стенки к другой. - упражняться прыгать на правой и левой ноге через шнуры, линии.	2.ОВД игра: «Обезьянки» №25 - учить лазать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5м). - закреплять умение прыгать в длину на расстоянии не менее 40см	1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра: «Цветные автомобили» №20 -П/игра: «Солнышко и дождик» №10 3.М/игра: «Мы топаем ногами»№12	1.ОРУ №5 2.ОВД игра «Брось за флажок» №14	2.ОВД игра:«Поезд» №7 - учить ходить и бегать «змейкой» - совершенствовать умение ползать на четвереньках между предметами, дугу
				3.П/игра: «Погреми погремушкой» №17
				10.00 – 14.00

3.П/игра:«Самый ловкий,быстрый»№17 11.35 – 12.00 «Капельки» страшая группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра «Горячий мяч» №6 -П/игра: «Проползи в туннель» № 22 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшая группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра «Горячий мяч» №6 -П/игра: «Проползи в туннель» № 22 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	3.П/игра: ««Перепрыгни ручеек» (через шнуры, рейки) №26 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Обезьянки» №25 - учить лазать на гимнастическую стенку и спускаться (высота 1,5м). - закреплять умение прыгать в длину на расстоянии не менее 40см 3.П/игра: ««Перепрыгни ручеек» (через шнуры, рейки) №26 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 -учить метать мячи в вертикальную цель с расстояния 1,5метра. -совершенствовать бег мелкими и широкими шагами. 3.П/игра:«Великаны - карлики» №28 11.00 – 13.00	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД - П/игра: «Поменяйся местами» №2 - П/игра: «Горячий мяч» №1 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- учить метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5м) - закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 3.П/игра:«Проползи в туннель» №22 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить бросать мячи в вертикаль -ную цель с расстояния 1,5м - развивать умение перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди 3.П/игра: «Мяч водящему» №11 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра: «Цветные автомобили» №20	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	---	---

	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-П/игра: «Солнышко и дождик» №10 3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД - П/игра: «Поменяйся местами» №2 - П/игра: «Горячий мяч» №1 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Ноябрь 06.11 – 10.11. 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №5
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 - учить лазать по гимнастической стенке с пролета на пролет -упражнять пролезать в обруч правым и левым боком 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» № 11	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить бросать мяч об пол одной рукой и ловить двумя руками. -продолжать упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Охотники и зайцы» №20 - учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3раза в чередовании с ходьбой) - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони 3.П/игра: «Мышеловка» №37	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №24 - учить бросать мяч в вертикальную цель (высота мишени 1,2м) - закреплять умение ходьбы и бега «змейкой» 3.П/игра: «Найди свой домик» №9
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 - учить выполнять упражнения на пресс в паре. - упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления движения. 3.П/игра: «Поменяйся местами» №2	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - учить бросать предметы на дальность правой и левой рукой - закреплять умение прыгать с про -движением вперед на расстояние 2-3метра	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра: «Мыши в кладовой» №13 -П/игра: «Самолеты» №12 3.М/игра: «Кто летает?» №6	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Охотники и зайцы» №20	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №24 - учить бросать мяч в вертикальную цель (высота мишени 1,2м) - закреплять умение ходьбы и бега «змейкой» 3.П/игра: «Найди свой домик» №9
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 - учить выполнять упражнения на пресс в паре. - упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления движения. 3.П/игра: «Поменяйся местами» №2		12.00 – 12.30		

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Найди себе пару» № 13 3.М/игра: «Овощи и фрукты» №15 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Найди себе пару» № 13 3.М/игра: «Овощи и фрукты» №15 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	3.П/игра: «Зайцы и волк» №11 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - учить бросать предметы на дальность правой и левой рукой - закреплять умение прыгать с про -движением вперед на расстояние 2-3метра 3.П/игра: «Зайцы и волк» №11 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 - учить лазать по гимнастической стенке с пролета на пролет -упражнять пролезать в обруч правым и левым боком 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» № 11 11.00 – 13.00	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №2 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Три упражнения» №16 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3раза в чередовании с ходьбой) - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони 3.П/игра: «Мышеловка» №37 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №5 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить бросать мяч об пол одной рукой и ловить двумя руками. -продолжать упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД -П/игра: «Мыши в кладовой» №13 -П/игра: «Самолеты» №12	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	---	---

	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		3.М/игра: «Кто летает?» №6 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №5 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Три упражнения» №16 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	---	--

07.11.2023 г. – Спортивно – музыкальное развлечение «Осень - славная пора» для групп предшкольной подготовки.

08.11.2023 г. – Спортивно – музыкальный праздник «Осенние забавы» для старших групп.

09.11.2023 г. – Музыкально – спортивный праздник «Осень , осень, в гости просим» для средних групп.

Утверждаю: _____



Циклограмма

Ноябрь 13.11 - 17.11 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 -упражняться прыгать на правой и левой ноге через шнуры -закреплять умение пролезать в обруч разными способами 3.П/игра: «Веселые старты» №14 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 -упражняться прыгать на правой и левой ноге через шнуры -закреплять умение пролезать в обруч разными способами 3.П/игра: «Веселые старты» №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД п/игра: «Проползи в туннель» №22 -закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. -совершенствовать бег мелкими и широкими шагами 3.П/игра: «День и ночь» №1 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД «Попади в обруч» №24 - учить бросать предметы в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м), - совершенствовать ходьбу и бег «змейкой»	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №16 - учить бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками - упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления движения. 3.П/игра: «Встречные перебежки» №27 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» №17 -П/игра: «Найди свой цвет» №15 3.М/игра: «Мы топая ногами» №12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД п/и: «Самый ловкий, быстрый» №11 - учить прыгать с места в длину (не менее 70см) - закреплять умение бросать мячи через препятствия (с расстояния 2м) 3.П/игра: «Брось за флажок» №14 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД п/и: «Самый ловкий, быстрый» №11 - учить прыгать с места в длину (не менее 70см)	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №27 - учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. -развивать умение находить свое место в строю. 3.П/игра: «Найди свой домик» №9 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №27 - учить бросать мяч вверх и ловить двумя руками. -развивать умение находить свое место в строю. 3.П/игра: «Найди свой домик» №9

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра ««Быстро возьми, быстро положи» №12 -П/игра: «Найди себе пару» №13 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	3.П/игра: «Самолеты» №12 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД «Попади в обруч» №24 - учить бросать предметы в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 1,5-2м), - совершенствовать ходьбу и бег «змейкой» 3.П/игра: «Самолеты» №12 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД п/игра: «Проползи в туннель» №22 -закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. -совершенствовать бег мелкими и широкими шагами 3.П/игра: «День и ночь» №1 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- закреплять умение бросать мячи через препятствия (с расстояния 2м) 3.П/игра:«Брось за флажок» №14 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра:«Подбрось-поймай» №16 - учить бросать мяч вверх, через шнур и ловить двумя руками - упражнять ходьбу и бег по сигналу, с изменением направления движения. 3.П/игра:«Встречные перебежки» №27 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Погреми погремушкой» № 17 -П/игра: «Найди свой цвет» № 15 3.М/игра: «Мы топаем ногами» №12	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	--	---

	13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 - с бегом -с прыжками -с мячами 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Ноябрь 20.11 - 24.11.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №30	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мышки» №19
1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 -закреплять упражнения на пресс в паре. -совершенствовать броски мяча через шнур и ловить двумя руками	- закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с мешочком на голове - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони	3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17	- упражняться пролезать в обруч правым и левым боком - броски мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра.	-умение сохранять правиль -ное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокаты-вать мяч в ворота
3.П/игра: «Быстро возьми» №50	3.П/игра: «Кот и мыши» №31	3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17	3.П/игра: «Попади в обруч» №23	3.П/игра: «Прокати и догони» №14
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа
1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 -закреплять упражнения на пресс в паре. -совершенствовать броски мяча через шнур и ловить двумя руками	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мой веселый звонкий мяч» №28	1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Найди свой цвет» №15 -П/игра: «Погреми погремушкой» №17	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22	1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мышки» №19
3.П/игра: «Быстро возьми» №50	-закреплять умение катать мячи друг другу в положении сидя, ноги врозь	3.М/игра: «Поезд» №14		-умение сохранять правиль -ное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокаты-вать мяч в ворота

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра «Охотники и зайцы» №20 -П/игра: «Карасуль» № 21 3.М/игра: «Холодно - горячо» №17 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра «Охотники и зайцы» №20 -П/игра: «Карасуль» № 21 3.М/игра: «Холодно - горячо» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- совершенствовать навыки бега между предметами, положенными в одну линию 3.П/игра: «Воробушки и автомобиль» №29 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мой веселый звонкий мяч» №28 -закреплять умение катать мячи друг другу в положении сидя, ноги врозь - совершенствовать навыки бега между предметами, положенными в одну линию 3.П/игра: «Воробушки и автомобиль» №29 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №30 - закреплять навыки ходьбы по	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Удочка» №23 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- упражняться пролезать в обруч правым и левым боком - броски мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра. 3.П/игра: «Попади в обруч» №23 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 - закреплять прыжки из обруча в обруч на расстоянии 40см на одной и на двух ногах. - умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие при ходьбе на повышенной опоре 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6	3.П/игра: «Прокати и догони» №14 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	---	---

	гимнастической скамейке с мешочком на голове - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони 3.П/игра: «Кот и мыши» №31 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		2.ОВД -П/игра: «Найди свой цвет» №15 -П/игра:«Погреми погремушкой» №17 3.М/игра: «Поезд»№14 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Удочка» №23 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Ноябрь 27.11 - 01.12.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 -закреплять упражнения на пресс в паре. -совершенствовать броски мяча через шнур и ловить двумя руками 3.П/игра: «Веселые старты» №14 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Самый сильный» №31 -закреплять упражнения на пресс в паре. -совершенствовать броски мяча через шнур и ловить двумя руками 3.П/игра: «Веселые старты» №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №30 - закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с мешочком на голове - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони 3.П/игра: «День и ночь» №1 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мой веселый звонкий мяч» №28 -закреплять умение катать мячи друг другу в положении сидя, ноги врозь	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 - закреплять прыжки из обруча в обруч на расстоянии 40см на одной и на двух ногах. - умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие при ходьбе на повышенной опоре 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Найди свой цвет» №15 -П/игра: «Погреми погремушкой» №17 3.М/игра: «Поезд» №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22 - упражняться пролезать в обруч правым и левым боком - броски мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра. 3.П/игра: «Попади в обруч» №23 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №6 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокатывать мяч в ворота 3.П/игра: «Прокати и догони» №14 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Мышки» №19 -умение сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре -развивать умение прокатывать мяч в ворота

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра «Охотники и зайцы» №22 -П/игра: «Карасуль» № 5 3.М/игра: «Холодно - горячо» №40 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра «Охотники и зайцы» №22 -П/игра: «Карасуль» № 5 3.М/игра: «Холодно - горячо» №40 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- совершенствовать навыки бега между предметами, положенными в одну линию 3.П/игра: «Попади в обруч» №24 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра:«Мой веселый звонкий мяч»№28 -закреплять умение катать мячи друг другу в положении сидя, ноги врозь - совершенствовать навыки бега между предметами, положенными в одну линию 3.П/игра: «Попади в обруч» №24 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №30 - закреплять навыки ходьбы по	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Удочка» №23 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- упражняться пролезать в обруч правым и левым боком - броски мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра. 3.П/игра: «Попади в обруч» №23 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №6 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 - закреплять прыжки из обруча в обруч на расстоянии 40см на одной и на двух ногах. - умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие при ходьбе на повышенной опоре 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6	3.П/игра: «Прокати и догони» №14 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	---	---

	гимнастической скамейке с мешочком на голове - совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони 3.П/игра: «День и ночь» №1 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		2.ОВД -П/игра: «Найди свой цвет» №15 -П/игра:«Погреми погремушкой» №17 3.М/игра: «Поезд»№14 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №6 2.ОВД -П/игра: «Мяч водящему» №11 - П/игра: «Удочка» №23 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

29.11. – 30.11.2023 г. – Локальный турнир «Красный мяч»

Утверждаю: _____



Циклограмма

Декабрь 04.12 - 08.12.2023 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Поспешите, но не урони» №24 - учить соблюдать равновесие при ходьбе по скамейке, выполняя на середине поворот с мешочком на голове, руки в стороны. - развивать навыки броска мяча друг другу снизу	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	1.ОРУ №7 2.ОВД игра «Попади в казан» №25 - учить метать асыки в горизонтальную цель. -развивать интерес к национальным играм	1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Зайцы и волк» №11 - прыжки на двух ногах с продвижением вперед, вокруг предметов - совершенствовать умение ползать под дугу
1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Кто скорее до флажка?» №41 - упражнять в ползании на четвереньках «змейкой» - закреплять умение вести мяч между предметами двумя руками	3.П/игра: «Веселые старты» №14	3.П/игра: «Перетяни канат» №35	3.П/игра: «Тенге алу» №27	3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	3.П/игра: «Мяч водящему» №34	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе)	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа
1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Кто скорее до флажка?» №41 - упражнять в ползании на четвереньках «змейкой» - закреплять умение вести мяч между предметами двумя руками	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа	1.ОРУ №7 2.ОВД -п/игра: ««Подними монету» №33 -п/игра «Байга» №31	1.ОРУ №7 2.ОВД игра «Попади в казан» №25 - учить метать асыки в горизонтальную цель. -развивать интерес к национальным играм	1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Зайцы и волк» №11 - прыжки на двух ногах с продвижением вперед, вокруг предметов - совершенствовать умение ползать под дугу
3.П/игра: «Веселые старты» №14	1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №24 - совершенствовать броски мяча в вертикальную цель двумя руками снизу	3.М/игра: «Снежинки и ветер» №18	3.П/игра: «Тенге алу» №27	3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13
		12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	10.25 – 10.55	10.00 – 14.00

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра «Байга» №45 -П/игра: «Подними монету» № 46 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра «Байга» №45 -П/игра: «Подними монету» № 46 3.М/игра: «Угадай по голосу» № 10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- закреплять умение бегать врассып -ную, с остановкой 3.П/игра: «Мороз и солнце» №30 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №24 - совершенствовать броски мяча в вертикальную цель двумя руками снизу - закреплять умение бегать врассып -ную, с остановкой 3.П/игра: «Мороз и солнце» №30 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Поспеши,но не урони» №24 - учить соблюдать равновесие при ходьбе по скамейке,выполняя на середине поворот с мешочком на голове, руки в стороны. - развивать навыки броска мяча друг другу снизу	(на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД - П/игра: «Каскыркапан» №34 - П/игра: «Встречные перебежки» №27 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	«Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в казан» №36 - учить метать асыки в цель на расстоянии 2- 2,5 метра - упражнять в ползании на гимн. скамейке на животе 3.П/игра: «Перетяни канат» №35 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -п/игра: ««Подними монету»№33 -п/игра «Байга» №31 3.М/игра: «Снежинки и ветер»№18 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД - П/игра: «Каскыркапан» №34	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	---	---

	3.П/игра:«Мяч водящему» №34 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		- П/игра: «Встречные перебежки» №27 3.М/игра: «Кто ушел?» №13 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Декабрь 11.12 - 15.12 2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №7
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в казан» №25 - закреплять навыки метания асыков в горизонтальную цель -развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость) 3.П/игра: «Тенге алу» №27	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - закреплять навыки броска мяча об пол одной рукой и ловить двумя руками. -продолжать упражнять ходьбу и бег с изменением направления 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №9 -развивать умение ходить и бегать мелкими и широкими шагами -закреплять умение прыгать с высоты 20-25см 3.П/игра:«День,ночь,огон ь,вода» №17	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Птички» №35 - развивать умение ходьбы по веревке боковым приставным шагом - закреплять умение прыгать с высоты 15-20см. 3.П/игра: «Кот и воробушки» №36
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Асык ату» №37 - учить метать асыки в цель на расстоянии 2-2,5 метра - развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость) в национальных играх 3.П/игра: «Перетяни канат» №35, «Подними монету» №38	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра:«Попади в обруч» №24 -совершенствовать броски предме -тов (асыки)в горизонтальную цель -закреплять умение ходьбы с остановкой, поворотом 3.П/игра: «Построй юрту» №34	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Кони» №37 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...»№20	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №9 -развивать умение ходить и бегать мелкими и широкими шагами -закреплять умение прыгать с высоты 20-25см	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Птички» №35 - развивать умение ходьбы по веревке боковым приставным шагом - закреплять умение прыгать с высоты 15-20см. 3.П/игра: «Кот и воробушки» №36
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Асык ату» №37 - учить метать асыки в цель на расстоянии 2-2,5 метра	9.55 – 10.15	12.00 – 12.30	10.00 – 14.00	

- развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость) в национальных играх 3.П/игра: «Перетяни канат» №35, «Подними монету» №38 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	«Акбота» средняя группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №24 -совершенствовать броски предме -тов (асыки)в горизонтальную цель -закреплять умение ходьбы с остановкой, поворотом 3.П/игра: «Построй юрту» №34 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Попади в казан» №25 - закреплять навыки метания асыков в горизонтальную цель -развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость) 3.П/игра: «Тенге алу» №27 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Три упражнения» №16 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	3.П/игра: «День,ночь,огонь,вода» №17 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №7 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - закреплять навыки броска мяча об пол одной рукой и ловить двумя руками. -продолжать упражнять ходьбу и бег с изменением направления 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Кони» №37 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...» №20 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	--	---

			(на свежем воздухе) 1.ОРУ №7 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Три упражнения» №16 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Декабрь 20.12 – 22.12.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«Поспеши, но не урони »№12 - совершенствовать ходьбу по канату боком с мешочком на голове - развивать навыки прыжка на двух ногах с мешочком, зажатым между колен 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -п/и:«Мороз Красный нос»№ 39 -п/игра «Байга» №31 3.М/игра: «Мороз и солнце»№19 12.00 – 12.30	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра «Сбей кеглю» №32 - закреплять навыки метания в горизонтальную цель. -развивать интерес к националь- ным играм 3.П/игра:«Тенге алу» №27 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра «Сбей кеглю» №32 - закреплять навыки метания в горизонтальную цель. -развивать интерес к националь- ным играм 3.П/игра:«Тенге алу» №27 10.25 – 10.55	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«С кочки на кочку»№38 - закреплять навыки прыжка на двух ногах с продвижением вперед -совершенствовать умение катать мячи между предметами 3.П/игра: «Снежинка и ветер» №32 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«С кочки на кочку»№38 - закреплять навыки прыжка на двух ногах с продвижением вперед -совершенствовать умение катать мячи между предметами 3.П/игра: «Снежинка и ветер» №32

		«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -П/игра «Сбей кеглю» №40 -П/игра: «Ловишки» №19 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	«Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«Поспеши, но не урони» №12 - совершенствовать ходьбу по канату боком с мешочком на голове - развивать навыки прыжка на двух ногах с мешочком, зажатым между колен 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -п/и:«Мороз Красный нос» № 39 -п/игра «Байга» №31 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	---	--	---

			-П/игра «Сбей кеглю» №40 -П/игра: «Ловишки» №19 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Декабрь 25.12 - 29.12.2023г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №8
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Школа мяча» №36 - перебрасывать мячи двумя руками из-за головы через препятствия. -закреплять умение прыгать в длину с места	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Встречные перебежки»№35 - совершенствовать ходьбу поочередно через 5-6 предметов -закреплять умение прыгать с высоты 20-25см	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Птички» №35 -развивать умение ходьбы по веревке боковым приставным шагом - закреплять умение прыгать с высоты 15-20см. 3.П/игра: «Воробушки и автомобиль» №29
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Удочка» №23 - закреплять прыжки в высоту с места - развивать умение бросать мячи через сетку 3.П/игра: «Подбрось-поймай» №6	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«Зайцы и волк» №11 - закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед -совершенствовать умение ползать под дугу высотой 40см. 3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - ползание по гимн.скамейке на животе -продолжать упражнять ходьбу и бег с изменением направления 3.П/игра: «Поменяйся местами» №2	3.П/игра:«День,ночь,огон ь,вода» №17	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Птички» №35 -развивать умение ходьбы по веревке боковым приставным шагом - закреплять умение прыгать с высоты 15-20см. 3.П/игра: «Воробушки и автомобиль» №29
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Удочка» №23 - закреплять прыжки в высоту с места - развивать умение бросать мячи через сетку 3.П/игра: «Подбрось-поймай» №6		11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Кони» №37 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...»№20	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Встречные перебежки»№35 - совершенствовать ходьбу поочередно через 5-6 предметов -закреплять умение прыгать с высоты 20-25см	
11.35 – 12.00 «Капельки» страшая группа		12.00 – 12.30		10.00 – 14.00

(на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра:«Зайцы и волк» №11 - закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед -совершенствовать умение ползать под дугу высотой 40см. 3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Школа мяча» №36 - перебрасывать мячи двумя руками из-за головы через препятствия. -закреплять умение прыгать в длину с места 3.П/игра: «С кочки на кочку» №9 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 -с шайбой -попади в цель в ворота 3.М/игра: «Холодно -горячо» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	3.П/игра:«День,ночь,огонь,вода» №17 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №8 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - ползание по гимн.скамейке на животе -продолжать упражнять ходьбу и бег с изменением направления 3.П/игра: «Поменяйся местами» №2 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8 2.ОВД -П/игра: «Зайцы и волк» №11 -П/игра: «Кони» №37 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...»№20 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №8	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	---	---

			2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 -с шайбой -попади в цель в ворота 3.М/игра: «Холодно - горячо» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Январь 01.01 - 05.01.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Веселые старты» №14 -упражнять в катании набивных мячей между кеглями, поставленными в ряд на расстоянии 80см -закреплять умение выполнять ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени с перелезанием через предметы. 3.П/и:«Проползи в туннель» №21 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД п/игра: «Зайцы и волк»№11 - учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра «Мяч водящему» №34 - учить перебрасывать мяч друг другу на расстоянии 2 метра -закреплять умение в прыжках вверх с места на двух ногах 3.П/игра: «Удочка» №48 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра «Мяч водящему» №34 - учить перебрасывать мяч друг другу на расстоянии 2 метра	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД п/игра: «Зайцы и волк»№11 - учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места -закреплять умение быстро находить свое место в шеренге п/игра: «Найди свой домик»№9 3.М/игра: «Снежинки и ветер»№18 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД п/игра: «Зайцы и волк»№11 - учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места

		-закреплять умение быстро находить свое место в шеренге п/игра: «Найди свой домик»№9 3.М/игра: «Снежинки и ветер»№18 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД - прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. п/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-закреплять умение в прыжках вверх с места на двух ногах 3.П/игра: «Удочка» №48 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Веселые старты» №14 -упражнять в катании набивных мячей между кеглями, поставлен -ными в ряд на расстоянии 80см -закреплять умение выполнять ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени с перелезанием через предметы. 3.П/и:«Проползи в туннель» №21 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД п/игра: «Зайцы и волк»№11 - учить принимать правильное исходное положение при выполне	-закреплять умение быстро находить свое место в шеренге п/игра: «Найди свой домик»№9 3.М/игра: «Снежинки и ветер»№18 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	--	--	---

			нии прыжков в длину с места -закреплять умение быстро находить свое место в шеренге п/игра: «Найди свой домик» №9 3.М/игра: «Снежинки и ветер» №18 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД - прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. п/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Январь 08.01 - 12.01.2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №9
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Мышеловка» №37 -учить ползать по бревну на четвереньках -закреплять броски мяча друг другу 3.П/игра: «Горячий мяч» №6	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Не оставайся на полу» №42 - ходьба по гим.ск.,с перешагива - нием через предметы -прыжки через предметы высотой 15см 3.П/игра: «Волк во рву» №26	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» с санками №47 -П/игра: «Сбей кеглю» №32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №41 -учить ползать на четверень -ках по бревну - закреплять умение катать мячи друг другу с расстояния 1,5-2м сидя,ноги врозь 3.П/игра: «Катаем снежки» №40
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 -закреплять лазание по гимн.стенке,с пролета на пролет -упражнять прыжки на двух ногах, ходьбе с мячом,зажатым между колен 3.П/игра: «С кочки на кочку» №33	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 -учить бросать мячи(снежки) в горизонтальную цель -закреплять умение в прыжках в длину 3.П/игра: «Перепрыгни ручеек» №26	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД П/игра: «Птички» №35 -учить бегать по кругу, врассып – ную, -формировать умение метать снежки вдаль -П/игра: «Брось за флажок» №46 3.М/игра: Мороз и солнце» №19	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» с санками №47 -П/игра: «Сбей кеглю» №32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №41 -учить ползать на четверень -ках по бревну - закреплять умение катать мячи друг другу с расстояния 1,5-2м сидя,ноги врозь
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Пожарные на учении» №29 -закреплять лазание по гимн.стенке,с пролета на пролет -упражнять прыжки на двух ногах, ходьбе с мячом,зажатым между колен 3.П/игра: «С кочки на кочку» №33	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №9 2.ОВД		10.25 – 10.55	

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» с санками №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД -П/игра «Веселые старты» с санками №47 -П/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	игра:«Брось за флажок» №46 -учить бросать мячи(снежки) в горизонтальную цель -закреплять умение в прыжках в длину 3.П/игра: «Перепрыгни ручеек» №26 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Мышеловка» №37 -учить ползать по бревну на четвереньках -закреплять броски мяча друг другу 3.П/игра: «Горячий мяч»№6 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД - П/игра: «Веселые старты» № 14 с элементами лыжного спорта 3.М/игра: «Три упражнения» №16 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	«Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №9 2.ОВД игра: «Не оставайся на полу» №42 - ходьба по гим.ск.,с перешагива -нием через предметы -прыжки через предметы высотой 15см 3.П/игра: «Волк во рву» №26 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9 2.ОВД П/игра: «Птички» №35 -учить бегать по кругу, врассып –ную, -формировать умение метать снежки вдаль -П/игра: «Брось за флажок» №46 3.М/игра: Мороз и солнце» №19 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №9	3.П/игра: «Катаем снежки»№40 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	--	---

			2.ОВД - П/игра: «Веселые сарты» № 14 с элементами лыжного спорта 3.М/игра: «Три упражнения» №16 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Январь 15.01 - 19.01 2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - учить менять направление движение в ходьбе и беге. -закреплять навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги перепрыгивать через 6 предметов высотой 15см. 3.П/игра:«Удочка» №23 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - учить менять направление движение в ходьбе и беге. -закреплять навык энергичного отталкивания и мягкого приземления	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8 - закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной опоре -упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед 3.П/игра:«Охотники и зайцы» №20 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №41 - закреплять умение сохранять равновесие при ползании по бревну;	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра:«Попади в обруч»№22 - учить выполнять метание снежков в вертикальную цель; -закреплять прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, упражнять в беге между предметами, с преодолением препятствий. 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -п/и:«Мороз Красный нос»№ 39 -п/и: «Скок-поскок»№5 3.М/игра: «Зайка беленький сидит» №20	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра «Удочка» №48 - учить последовательно перепрыгивать через несколько линий - упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы. 3.П/игра:«Школа мяча» №36 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра «Удочка» №48 - учить последовательно перепрыгивать через несколько линий	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра:«Мы топаем ногами»№45 - учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: -закреплять умение сохра - нять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по веревке боком; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед 3.П/игра: «Волк и зайцы» №11 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра:«Мы топаем ногами»№45

на полусогнутые ноги перепрыгивать через 6 предметов высотой 15см. 3.П/игра: «Удочка» №23 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД - учить катать друг друга на санках. -закреплять навык скольже- ния по дорожке. П/игра «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Мороз и солнце» № 19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД - учить катать друг друга на санках. -закреплять навык скольже- ния по дорожке. П/игра «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Мороз и солнце» № 19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00	-совершенствовать умение подбрасы -вать мяч вперед-вверх, не забрасывая за голову, и ловить его двумя руками; 3.П/игра: «Мой веселый звонкий мяч» №28 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №41 - закреплять умение сохранять равновесие при ползании по бревну; -совершенствовать умение подбрасы -вать мяч вперед-вверх, не забрасывая за голову, и ловить его двумя руками; 3.П/игра: «Мой веселый звонкий мяч» №28 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №8 - закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -П/игра «Два мороза» №43 -П/игра: «Ловишки» №19 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	- упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы. 3.П/игра: «Школа мяча» №36 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить выполнять метание снежков в вертикальную цель; -закреплять прыжки на одной ноге, продвигаясь вперед, упражнять в беге между предметами, с преодолением препятствий. 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №17 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -п/и: «Мороз Красный нос» № 39 -п/и: «Скок-поскок» № 5	- учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: -закреплять умение сохра -нять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по веревке боком; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед 3.П/игра: «Волк и зайцы» №11 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	---	---	---	---

Мини – теннис	ходьбе по повышенной опоре -упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		3.М/игра: «Зайка беленький сидит» №20 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -П/игра «Два мороза» №43 -П/игра: «Ловишки» №19 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---------------	---	--	---	--

17.01.2024 г. - Сценарий зимнего спортивного праздника на улице «Катание на санках со Снеговиком» для старших групп

Утверждаю: 

Циклограмма

Январь 22.01 - 26.01.2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Охотники и зайцы» №20 -закреплять прыжки через 5 шнуров -умение ползать на четвереньках с переползанием через предметы 3.П/игра: «Мышеловка» №37	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №28 -закреплять метания мяча через шнур -упражнять запрыгивать на возвышение до 20см 3.П/игра: «Не оставайся на полу» №42	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 -закреплять умение бросать мяч вдаль -упражнять в ходьбе по гимна. скамейке с мешочком на голове 3.П/игра: «Поспеси, но не урони» №24	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Птички» №35 -закреплять прыжки через 5 шнуров на расстояние 2-3м - совершенствовать умение ползать под дугу высотой 40см. 3.П/игра: «Кот и мыши» №22
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 -упражнять в беге широким и мелким шагом - закреплять умение равновесие при ходьбе по повышенной опоре 3.П/игра: «Ловишки» №19	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Зайцы и волк» №11 - учить перепрыгивать через несколько линий - упражнять в перебрасывании мяча друг другу 3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -п/игра: «Сбей кеглю снежком» №48 -катание на санках 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...» №20	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 -закреплять умение бросать мяч вдаль -упражнять в ходьбе по гимна. скамейке с мешочком на голове	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Птички» №35 -закреплять прыжки через 5 шнуров на расстояние 2-3м - совершенствовать умение ползать под дугу высотой 40см. 3.П/игра: «Кот и мыши» №22
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 -упражнять в беге широким и мелким шагом - закреплять умение равновесие при ходьбе по повышенной опоре 3.П/игра: «Ловишки» №19		12.00 – 12.30		10.00 – 14.00

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -упражнять в катании на санках -п/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.м/игра: «Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -упражнять в катании на санках -п/игра: «Сбей кеглю» № 32 3.м/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра:«Зайцы и волк» №11 - учить перепрыгивать через несколько линий - упражнять в перебрасывании мяча друг другу 3.П/игра: «Мыши в кладовой» №13 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Охотники и зайцы» №20 -закреплять прыжки через 5 шнуров -умение ползать на четвереньках с переползанием через предметы 3.П/игра: «Мышеловка» №37 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД - п/игра: «Веселые старты» № 14 -катание на санках -попади шайбой в ворота 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	3.П/игра:«Поспеши,но не урони» №24 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №28 -закреплять метания мяча через шнур -упражнять запрыгивать на возвышение до 20см 3.П/игра: «Не оставайся на полу» №42 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -п/игра: «Сбей кеглю снежком» №48 -катание на санках 3.М/игра: «Зайка беленький сидит...»№20 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД	Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	---	---

	Совместная работа со специалистами, педагогами		- п/игра: «Веселые старты» № 14 -катание на санках -попади шайбой в ворота 3.М/игра: «Угадай по голосу» №10 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	--	--

21.01.2024 г. – Развлечение на свежем воздухе «Зимние забавы со Снеговиком» для средних групп

23.01.2024 г. - Сценарий развлечения на улице в группах дошкольной подготовки «Зимние забавы»

24.01.2024 г. – Интеллектуальный конкурс «Что я знаю о теннисе»

Утверждаю: 

Циклограмма

Январь 29.01. – 02.02.2024 г.

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №10
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра «Птички» №49	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Кот и мыши» №22
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 -упражнять в ползание между рейками лестницы, поставленной вертикально -закреплять умение прокатывать фитбол «змейкой» между предметами, прыгать на хоп- фитболе 3.П/игра: «Веселые старты» №14	игра: «Проползи в туннель» №22 - учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу -закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 продолжать упражнять в метании предметов в вертикальную цель (расстояние 4м), упражнять в прыжках на двух ногах через палки, положенные в ряд. -закреплять навыки ползания, развивать координацию движений рук и ног. 3.П/и: «Проползи в туннель» №21	игра «Птички» №49 -закреплять умение выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). -упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади 3.П/игра: «С кочки на кочку» №9	- учить ползанию между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. -закреплять броски мяча двумя руками из-за головы. 3.П/игра: «Брось за флажок» №46
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 -упражнять в ползание между рейками лестницы, поставленной вертикально -закреплять умение прокатывать фитбол «змейкой» между предметами, прыгать на хоп- фитболе	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя.	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД -П/и: «С льдинки на льдинку» №43 3.М/игра: «Снежинки и ветер» №18	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра «Птички» №49 -закреплять умение выполнять перекат	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Кот и мыши» №22 - учить ползанию между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. -закреплять броски мяча двумя руками из-за головы. 3.П/игра: «Брось за флажок» №46
				10.00 – 14.00

3.П/игра:«Веселые старты» №14 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД П/игра «Веселые старты» №47 - познакомить детей с игрой в хоккей, учить принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. -учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. учить катать друг друга на санках. -закреплять навык скольжения по дорожке. 3.М/игра: «Холодно - горячо» №17 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД П/игра «Веселые старты» №47 - познакомить детей с игрой в хоккей, учить принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. -учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. учить катать друг друга на санках. -закреплять навык скольжения по дорожке. 3.М/игра: «Холодно - горячо» №17	- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см). 3.П/игра: «Поспеси,но не урони»№49 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя. - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (высота скамейки 35см, ширина 20см). 3.П/игра: «Поспеси,но не урони»№49 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №10 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22 - учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД - учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов. -совершенствовать умение как можно дольше скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. П/игра «Самый ловкий, быстрый» №17 3.М/игра: «Холодно-горячо» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия). -упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади 3.П/игра:«С кочки на кочку»№9 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №10 2.ОВД игра:«Попади в обруч»№22 - продолжать упражнять в метании предметов в вертикальную цель (расстояние 4м), упражнять в прыжках на двух ногах через палки, положенные в ряд. -закреплять навыки ползания, развивать координацию движений рук и ног. 3.П/и:«Проползи в туннель» №21 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе)	Изучение методической литературы, работа с документацией
--	---	--	---	---

13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	-закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию 3.П/игра:«Охотники и зайцы» №20 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		1.ОРУ №10 2.ОВД -П/и: «С льдинки на льдинку»№43 3.М/игра:«Снежинки и ветер» №18 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №10 2.ОВД - учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов. -совершенствовать умение как можно долъ - ше скользить на одной ноге, выполнять пристав- ные шаги на лыжах в сторону. П/игра «Самый ловкий, быстрый» №17 3.М/игра: «Холодно- горячо» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	--	--	--	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Февраль 05.02. – 09.02.2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - совершенствовать метание предметов в горизонтальную цель. -упражнять в беге в медленном темпе, лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали, прыжках в высоту с места. 3.П/игра:«Пожарные на учении» №29 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - совершенствовать метание предметов в горизонтальную цель.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 - учить метать шишки в горизонталь -ную цель с расстояния 2 метра -закреплять навыки бега в быстром темпе, делая широкие шаги 3.П/и:«Самый ловкий,быстрый»№11 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра:«Мышки» №19 - закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. - упражнять в умении бросать мячи двумя руками из-за головы.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №44 - упражнять в равновесии- вбегать и сбегать по наклонной доске -совершенствовать умение выполнять замах слитно, посылать предмет в центр мишени. 3.П/игра:«Охотники и зайцы» №7 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД П/игра: «Кони» №37 - катание на санках (катать друг друга, катание с горки) -скольжение по ледяным дорож -кам. 3.М/игра: Мороз и солнце» №19	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 -совершенствовать метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 2 метра - закреплять прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3.П/игра:«С кочки на кочку» №9 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 -совершенствовать метание мяча в	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №50 - учить ходьбе по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м). -совершенствовать умение ползать между перекладинами лестницы,прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. 3.П/игра: «Мышки» №19 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Пройди по мостику» №50 - учить ходьбе по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м).

-упражнять в беге в медленном темпе, лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет по диагонали, прыжках в высоту с места. 3.П/игра: «Пожарные на учении» №29 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД -П/игра: «Сбей мяч» №39 - учить играть в хоккей, принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. -учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. -П/игра: «Кто скорее добежит до флажка?» № 50 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД -П/игра: «Сбей мяч» №39 - учить играть в хоккей, принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. -учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. -П/игра: «Кто скорее добежит до флажка?» № 50	3.П/игра: «Мяч через сетку» №42 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Мышки» №19 - закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу. - упражнять в умении бросать мячи двумя руками из-за головы. 3.П/игра: «Мяч через сетку» №42 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №23 - учить метать шишки в горизонтальную цель с расстояния 2 метра -закреплять навыки бега в быстром темпе, делая широкие шаги 3.П/и: «Самый ловкий, быстрый» №11 11.00 – 13.00	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД П/игра: «Веселые старты» № 14 с элементами лыжного спорта - продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах с выполнением заданий. -закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг носков лыж на 180 градусов. 3.М/игра: «Три упражнения» №16 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	горизонтальную цель с расстояния 2 метра - закреплять прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3.П/игра: «С кочки на кочку» №9 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №44 - упражнять в равновесии- вбегать и сбегать по наклонной доске -совершенствовать умение выполнять замах слитно, посылать предмет в центр мишени. 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №7 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД П/игра: «Кони» №37 - катание на санках (катать друг друга, катание с горки)	-совершенствовать умение ползать между перекладинами лестницы, прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол. 3.П/игра: «Мышки» №19 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	---	--	---

3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-скольжение по ледяным дорож -кам. 3.М/игра: Мороз и солнце» №19 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД П/игра: «Веселые старты» № 14 с элементами лыжного спорта - продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах с выполнением заданий. -закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг носков лыж на 180 градусов. 3.М/игра: «Три упражнения» №16 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	--	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Февраль 12.02. – 16.02. 2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - развивать координацию движений рук и ног при ползании по пластуны. -упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен,совершенствовать умение выполнять бег между предметами. 3.П/игра:«Встречные перебежки»№27 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - развивать координацию движений рук и ног при ползании по пластуны. -упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен,совершенствовать умение выполнять бег между предметами.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя на полу -закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, 3.П/игра:«Охотники и зайцы» №20 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 -учить катать обручи в прямом направлении, бегать в быстром темпе (расстояние 15м).	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - учить выбирать оптимальный способ ползания под шестами, положенными в ряд, на высоте 40-30-20см. -упражнять в прыжках вокруг шеста на одной ноге 3.П/игра: «Ловишки» №19 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД - учить катанию на санках (катать друг друга) -метание в горизонтальную цель, скольжение по ледяным дорожкам. п/и:«Мороз Красный нос»№ 39 -п/и: «Снежинки и ветер»№18	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра «Пожарные на учении» №29 - учить выполнять правильный хват перекладины, лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом -развивать умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию 3.П/игра:«Школа мяча» №36 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра «Пожарные на учении» №29 - учить выполнять правильный хват	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №11 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Скок-поскок» № 5 -совершенствовать прыжки из круга в круг. -закреплять умение бега в быстром темпе (расст.20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен,продолжить учить катанию обруча в прямом направлении. 3.п/игра:«Прокати и догони» №14 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Скок-поскок» № 5 -совершенствовать прыжки из круга в круг. -закреплять умение бега в быстром темпе

3.П/игра:«Встречные перебежки»№27 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД - учить подниматься на горку ступающим шагом, боком. -закреплять умение передвигаться по лыжне скользящим шагом друг за другом П/игра «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Мороз и солнце» № 19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД - учить подниматься на горку ступающим шагом, боком. -закреплять умение передвигаться по лыжне скользящим шагом друг за другом П/игра «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Мороз и солнце» № 19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис	-совершенствовать умение ходьбы по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м) 3.П/игра:«По ровненькой дорожке»№1 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 -учить катать обручи в прямом направлении, бегать в быстром темпе (расстояние15м). -совершенствовать умение ходьбы по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2м) 3.П/игра:«По ровненькой дорожке»№1 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя на полу -закреплять умение последовательно	3.М/игра: «Зайка беленький сидит» №20 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД -учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов. -совершенствовать умение как можно дольше скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. П/игра «Два мороза» №43 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	перекладыны, лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом -развивать умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию 3.П/игра:«Школа мяча» №36 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №11 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №21 - учить выбирать оптимальный способ ползания под шестами, положенными в ряд, на высоте 40-30-20см. -упражнять в прыжках вокруг шеста на одной ноге 3.П/игра: «Ловишки» №19 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД - учить катанию на санках (катать друг друга) -метание в горизонтальную цель, скольжение по ледяным дорожкам.	(расст.20м) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен,продолжить учить катанию обруча в прямом направлении. 3.п/игра:«Прокати и догони» №14 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	--	--

17.00 – 18.00 Мини – теннис	перепрыгивать из обруча в обруч, 3.П/игра: «Охотники и зайцы» №20 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		п/и: «Мороз Красный нос» №39 -п/и: «Снежинки и ветер» №18 3.М/игра: «Зайка беленький сидит» №20 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №11 2.ОВД -учить выполнять ходьбу по лыжне скользящим шагом в обход ряда предметов. -совершенствовать умение как можно дольше скользить на одной ноге, выполнять приставные шаги на лыжах в сторону. П/игра «Два мороза» №43 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	--	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Февраль 19.02. – 23.02.2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Удочка» №23 - учить прыжку через аркан, поднятый на высоту 20- 30см, упражнять в катании фитболов -закреплять умение перестраиваться в колонну по одному и по два в движении 3.П/игра:«Найди пару» №18 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Удочка» №23 - учить прыжку через аркан, поднятый на высоту 20- 30см, упражнять в катании фитболов	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить метать мешочек вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением рук -закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом 3.П/игра: «Пожарные на учении» №29 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра:«Слушай сигнал» №2 - учить броскам мяча из-за головы через препятствия (с расстояния 2 м) -упражнять в умении прыгать из круга в круг.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №44 -упражнять в беге под вращающимся арканом, ходьбе по аркану боковым приставным шагом -закреплять умение выполнять фигурную ходьбу, перепрыгивать через аркан в момент прохождения под ногами. 3.П/игра: «Удочка» №23 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра: «Птички» №35 -ходьба по извилистой снежной тропинке -бег в разном направлении с остановкой на сигнал.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Уголки» №51 -учить ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы -цы, высоко поднимать колени -упражнять в ползании между перекладинами лестницы 3.п/и:«Проползи в туннель» № 22 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Уголки» №51 -учить ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы -цы, высоко поднимать колени	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Обезьянки» №25 -учить лазанию по гимнастической стенке. -совершенствовать умение бросать мяч из-за головы через препятствия (с расстояния 2 м). 3.П/игра:«Мой веселый звонкий мяч» №28 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Обезьянки» №25 -учить лазанию по гимнастической стенке. -совершенствовать умение бросать мяч из-за головы через препятствия (с расстояния 2 м). 3.П/игра:«Мой веселый звонкий мяч» №28

-закреплять умение перестраиваться в колонну по одному и по два в движении 3.П/игра:«Найди пару» №18 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 -учить прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. -закреплять умение принимать правильное исходное положение, метать предметы вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. п/игра:«Попади в обруч»№23 3.п/игра:«Мороз и солнце» №19 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 -учить прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. -закреплять умение принимать правильное исходное положение, метать предметы вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки. п/игра:«Попади в обруч»№23 3.п/игра:«Мороз и солнце» №19	3.П/игра: «Скок-поскок» №5 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра:«Слушай сигнал» №2 - учить броскам мяча из-за головы через препятствия (с расстояния 2 м) -упражнять в умении прыгать из круга в круг. 3.П/игра: «Скок-поскок» №5 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить метать мешочек вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением рук -закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом 3.П/игра: «Пожарные на учении»№29 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией	3.п/игра:«Мороз Красный нос» №39 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра: «Веселые старты» № 14 - продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах -закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг носков лыж на 180 градусов 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-упражнять в ползании между перекладинами лестницы 3.п/и:«Проползи в туннель» № 22 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №44 -упражнять в беге под вращающимся арканом, ходьбе по аркану боковым приставным шагом -закреплять умение выполнять фигурную ходьбу, перепрыгивать через аркан в момент прохождения под ногами. 3.П/игра: «Удочка» №23 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра: «Птички» №35 -ходьба по извилистой снежной тропинке	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	--	---

13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-бег в разном направлении с остановкой на сигнал. 3.п/игра: «Мороз Красный нос» №39 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра: «Веселые старты» № 14 - продолжать учить выполнять ходьбу на лыжах -закреплять умение выполнять повороты, переступая на месте вокруг носков лыж на 180 градусов 3.М/игра: «Мороз и солнце» №19 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	--	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Февраль 26.02. – 01.03.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №12
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Перелет птиц» №19 - закреплять умение спрыгивать со скамейки; -упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. 3.П/игра:«Встречные перебежки» №35	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра:«Попади в обруч»№22 -продолжать учить забрасывать мяч в корзину -продолжать упражнять в беге широким шагом, закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет 3.П/и:«Пожарные на учении»№29	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра «Школа мяча» №36 - учить перебрасывать мяч через шнур с расстояния 2метра -закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки 3.П/игра:«Ловишки»№44	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра:«Птички» №35 - учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; -упражнять в беге «змей - кой» совершенствовать умение менять направление бега между предметами 3.П/игра: «Цветные автомобили» № 20
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновремен- ным разгибанием ног. -продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестнице по диагонали переходить с пролета на пролет 3.П/игра:«Медведи и пчелы» №45	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №38 - закреплять умение ритмично перешагивать через рейки лестницы -упражнять в ползании между перекладинами лестницы	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД - развивать умения метания в игровых упражнениях «Точно в цель» №51. -формировать умение кататься на санках, продолжать учить	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра «Школа мяча» №36 - учить перебрасывать мяч через шнур с расстояния 2метра -закреплять умение сохранять равновесие	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра:«Птички» №35 - учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; -упражнять в беге «змей - кой» совершенствовать
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить забрасывать мяч в корзину, направлять мяч к цели с одновремен- ным разгибанием ног.				

-продолжать формировать умение лазать по гимнастической лестнице по диагонали переходить с пролета на пролет 3.П/игра: «Медведи и пчелы» №45 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра «Брось за флажок» №14 - учить метать мешочки с песком вперед – вверх – вдаль энергичным выпрямлением руки. -упражнять в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи 3.П/игра: «Веселые старты» №47 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД п/игра «Брось за флажок» №14 - учить метать мешочки с песком вперед – вверх – вдаль энергичным выпрямлением руки. -упражнять в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи 3.П/игра: «Веселые старты» №47 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00	3.П/игра: «Кот и мыши» №22 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №38 - закреплять умение ритмично перешагивать через рейки лестницы -упражнять в ползании между перекладинами лестницы 3.П/игра: «Кот и мыши» №22 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Перелет птиц» №19 - закреплять умение прыгивать со скамейки; -упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами. 3.П/игра: «Встречные перебежки» №35 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией	проведению эстафеты на санках. П/и: «Попади в обруч» №24 3.М/игра: «Снежинки и ветер» №18 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД -продолжать развивать глазомер, при ведении предметов клюшкой, выполнении ударов по шайбе, закатывать в ворота. -развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции П/игра «Веселые старты» №14 3.М/игра: «Холодно-горячо» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	после прыгивания со скамейки 3.П/игра: «Ловишки» №44 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №12 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 -продолжать учить забрасывать мяч в корзину -продолжать упражнять в беге широким шагом, закреплять умение по диагонали переходить с пролета на пролет 3.П/и: «Пожарные на учении» №29 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД - развивать умения метания в игровых упражнениях «Точно в цель». №51 -формировать умение кататься на санках, продолжать учить проведению эстафеты на	умение менять направление бега между предметами 3.П/игра: «Цветные автомобили» № 20 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	---	---	--

Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		санках. П/и: «Попади в обруч» №24 3.М/игра: «Снежинки и ветер» №18 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №12 2.ОВД -продолжать развивать глазомер, при ведении предметов клюшкой, выполнении ударов по шайбе, закатывать в ворота. -развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту реакции П/игра «Веселые старты» №14 3.М/игра: «Холодно- горячо» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Март 04.03. – 07.03.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - совершенствовать умение бросать мяч друг другу приемом из-за головы. - упражнять в беге широким шагом, в ходьбе по гимнастической скамейке, с перекладыванием мяча из руки в руку перед собой или за спиной. 3.П/игра:«Поспеши,но не урони» №12 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - совершенствовать умение бросать мяч друг другу приемом из-за головы. - упражнять в беге широким шагом, в ходьбе по гимнастической скамейке, с	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №36 - закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку -упражнять в лазании по гимнасти -ческой стенке, умении переходить с пролета на пролет 3.П/и:«Пожарные на учении»№29 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра:«Прокати и догони» №14 - учить катать мяч в ворота -закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки 3.П/игра:«Воробушки и автомобиль» №29	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Удочка» №23 -упражнять в прыжках с места в высоту (30см) -продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. 3.П/игра: «Волк во рву» №26 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра:«Школа мяча»№52 - продолжать формировать навыки игры в баскетбол, ведения мяча двумя руками между предметами. 3.М/игра: «У кого мяч?» №21	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Кони»№52 - закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: перешагивать через 5-6 предметов, положенных на расстоянии друг от друга. -развивать метание асыков вдаль 3.П/и:«Самый ловкий» №11 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Кони»№52 - закреплять умение ходить по	

перекладыванием мяча из руки в руку перед собой или за спиной. 3.П/игра: «Поспеши, но не урони» №12 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра: «Сделай фигуру» №8 - упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по линии, формировать рефлекс правильной походки. - закреплять умение прокатывать футбольный мяч в заданном направлении п/игра: «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра: «Сделай фигуру» №8 - упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по линии, формировать рефлекс правильной походки. - закреплять умение прокатывать футбольный мяч в заданном направлении п/игра: «Веселые старты» №47 3.М/игра: «Горячий мяч» №11	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 - учить катать мяч в ворота - закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки 3.П/игра: «Воробушки и автомобиль» №29 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №36 - закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку - упражнять в лазании по гимнастической стенке, умении переходить с пролета на пролет 3.П/и: «Пожарные на учении» №29 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра: «Птички» №51 - закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки - развивать глазомер в метании в цель 3.п/игра: «Попади в обруч» №22 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	гимнастической скамейке с выполнением задания: перешагивать через 5-6 предметов, положенных на расстоянии друг от друга. -развивать метание асыков вдаль 3.П/и: «Самый ловкий, быстрый» № 11 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Удочка» №23 -упражнять в прыжках с места в высоту (30см) -продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. 3.П/игра: «Волк во рву» №26 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра: «Школа мяча» №52
--	--	--	---

13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	Совместная работа со специалистами, педагогами		- продолжать формиро - вать навыки игры в баскетбол, ведения мяча двумя руками между предметами. 3.М/игра: «У кого мяч?» №21 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД п/игра: «Птички» №51 -закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки -развивать глазомер в метании в цель 3.п/игра:«Попади в обруч» №22 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	---	--

Утверждаю: _____



Циклограмма

Март 11.03 - 15.03. 2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №13
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №13	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №13
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Не оставайся на полу» №42 - учить впрыгивать на предметы высотой 15см, энергично отталкиваться от пола -закреплять навык ведения мяча одной рукой 3.П/игра:«Школа мяча»№32	2.ОВД игра: «Поменяйся местами» №18 -закреплять умение расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; -упражнять в катании футбола 3.П/игра:«Сбей мяч» №39	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - продолжать учить вести мяч о пол двумя руками, двигаясь по прямой. -упражнять в подлезании под аркан разными способами. 3.П/игра:«Проползи в туннель» №21	2.ОВД игра «Мяч водящему» №34 -закреплять броски мяча друг дру -гу снизу,из-за головы и ловить их - упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки 3.П/игра:«Байга» №45	2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 - учить бросать мешочки с песком на дальность на расстояние 2,5-5м. -совершенствовать умение прыгать на двух ногах из круга в круг 3.П/игра:«Зайцы и волк»№11
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Не оставайся на полу» №42 - учить впрыгивать на предметы высотой 15см, энергично отталкиваться от пола -закреплять навык ведения мяча одной рукой	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Перепрыгни ручеек» №26 - упражнять в прыжках в длину с места на расстоянии не менее 40см; -совершенствовать бег в разных направлениях: по кругу, «змейкой»	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - развивать умение бегать, прыгать посредством национальных игр игра «Байга» №32,«Тенге алу»№44 3.М/игра:«Летает-не летает»№9	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра «Мяч водящему» №34	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 - учить бросать мешочки с песком на дальность на расстояние 2,5-5м. -совершенствовать умение прыгать на двух ногах из круга в круг 3.П/игра:«Зайцы и волк»№11
		12.00 – 12.30		

3.П/игра:«Школа мяча»№32 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - упражнять в метании вдаль асыков одной рукой; развивать силу броска. -расширять кругозор детей, знакомить с предметами казахского народного быта, с играми 3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11, «Тенге алу» №27 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - упражнять в метании вдаль асыков одной рукой; развивать силу броска. -расширять кругозор детей, знакомить с предметами казахского народного быта, с играми 3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11, «Тенге алу» №27 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис	3.П/игра:«Подними монету»№33 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Перепрыгни ручеек» №26 - упражнять в прыжках в длину с места на расстоянии не менее 40см; -совершенствовать бег в разных направлениях: по кругу, «змейкой» 3.П/игра:«Подними монету»№33 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Поменяйся местами» №18 -закреплять умение расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; -упражнять в катании фитбола 3.П/игра:«Сбей мяч» №39 11.00 – 13.00	«Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - формировать интерес к народным играм, воспитывать толерантность и уважительное отношение к традициям РК. 3. П/игра:«Байга»№53, «Тенге алу»№52 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-закреплять броски мяча друг дру -гу снизу,из-за головы и ловить их - упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки 3.П/игра:«Байга» №45 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №13 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - продолжать учить вести мяч о пол двумя руками, двигаясь по прямой. -упражнять в подлезании под аркан разными способами. 3.П/игра:«Проползи в туннель» №21 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - развивать умение бегать, прыгать	10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	---	--	--	---

17.00 – 18.00 Мини – теннис	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		посредством национальных игр игра «Байга» №31, «Тенге алу» №44 3.М/игра: «Летает-не летает» №9 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №13 2.ОВД - формировать интерес к народным играм, воспитывать толерантность и уважительное отношение к традициям РК. 3. П/игра: «Байга» №53, «Тенге алу» №52 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	---	--

15.03.2024 г. - Спортивный праздник «Наурыз, наурыз, вместе с нами веселись!» для групп предшкольной подготовки совместно с родителями

Утверждаю: 

Циклограмма

Март 18.03. – 20.03.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №14 2.ОВД п/и:«Чье звено скорее соберется?» №54 -продолжать упражнять в построении и перестроении -развивать предметную ловкость - ползать с мячом между колен с опорой на ладони и ступни; ходить с мячом, зажатым между ступнями 3.П/игра:«Веселые старты» №14 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №14 2.ОВД п/и:«Чье звено скорее соберется?» №54 -продолжать упражнять в построении и перестроении -развивать предметную ловкость - ползать с мячом между колен с опорой	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №53 - закреплять умение держаться за края наклонной доски при ползании по гимнастической скамейке на животе. - продолжать упражнять в метании вдаль асыков одной рукой 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №11 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра:«Ласточки» №16 - продолжать учить удерживать равновесие по веревке боком приставным шагом.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Удочка» №23 -упражнять в прыжках с места в высоту (30см) -продолжать совершенствовать навыки ходьбы и бега между предметами, ходьбы с перешагиванием через предметы. 3.П/игра: «Волк во рву» №26 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД п/игра:«Школа мяча» №52 - продолжать формиро - вать навыки игры в баскетбол, ведения мяча двумя руками между предметами. 3.М/игра: «У кого мяч?» №21		

на ладони и ступни; ходить с мячом, зажатом между ступнями 3.П/игра: «Веселые старты» №14 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Веселые старты» №47 -упражнять в беге в медленном темпе – 1 минута -закреплять умение приземляться, слегка сгибать ноги в коленях. 3.П/игра: «Не оставайся на полу» №15 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Веселые старты» №47 -упражнять в беге в медленном темпе – 1 минута -закреплять умение приземляться, слегка сгибать ноги в коленях. 3.П/игра: «Не оставайся на полу» №15 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис	-развивать умение метать мячи на дальность. 3.П/игра: «Брось за флажок» №46 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Ласточки» №16 - продолжать учить удерживать равновесие по веревке боком приставным шагом. -развивать умение метать мячи на дальность. 3.П/игра: «Брось за флажок» №46 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Проползи по мостику» №53 - закреплять умение держаться за края наклонной доски при ползании по гимнастической скамейке на животе. - продолжать упражнять в метании вдаль асыков одной рукой 3.П/игра: «Самый ловкий, быстрый» №11	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД п/игра: «Птички» №51 -закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки -развивать глазомер в метании в цель 3.п/игра: «Попади в обруч» №22 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)		
---	---	--	--	--

17.00 – 18.00 Мини – теннис	11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами			
--	---	--	--	--

Утверждаю:



Циклограмма

Март 26.03. – 29.03.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №14
	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить метать мяч вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением руки (не менее 3,5-6,5м) -закреплять умение сохранять равно- весие после спрыгивания со скамейки 3.П/игра:«Не оставайся на полу» №15	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №14 2.ОВД игра:«Школа мяча»№32 - учить перебрасывать мяч через натянутую веревку с последующей ловлей. -продолжать учить выполнять впрыгивание на возвышение высотой 20 см. 3.П/и:«День,ночь,огонь,вода»№13	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра «Брось за флажок» №14 - закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. -упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, 3.П/игра:«Ловишки»№44	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 -учить активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль; -упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч 3.П/игра: «Огуречик, огуречик» № 4
	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Мышки» №19 - развивать умение лазать под дугу высотой 40 см. -совершенствовать умение прыгать на двух ногах через линии продвижением вперед.	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Прокати и поймай»№14 -продолжать учить детей прокатыванию мяча друг другу -совершенствовать умение бросать мяч и сбивать кегли. П/и: «Сбей кегли»№48	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра «Брось за флажок» №14 - закреплять умение активно выносить руку	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 -учить активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль; -упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч

	3.П/игра: «Волк и зайцы» №11 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Мышки» №19 - развивать умение лазать под дугу высотой 40 см. - совершенствовать умение прыгать на двух ногах через линии продвижением вперед. 3.П/игра: «Волк и зайцы» №11 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №14 - учить метать мяч вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением руки (не менее 3,5-6,5м) - закреплять умение сохранять равно- весие после спрыгивания со скамейки 3.П/игра: «Не оставайся на полу» №15 11.00 – 13.00	3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД — совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. - закреплять умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики. п/игра: «Удочка» №23, «Мы веселые ребята» №5 3.М/игра: «Холодно-горячо» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль. -упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, 3.П/игра: «Ловишки» №44 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить перебрасывать мяч через натянутую веревку с последующей ловлей. -продолжать учить выполнять впрыгивание на возвышение высотой 20 см. 3.П/и: «День,ночь,огонь,вода» №13 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14	3.П/игра: «Огуречик, огуречик» № 4 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	--	---	---

	Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-продолжать учить детей прокатыванию мяча друг другу -совершенствовать умение бросать мяч и сбивать кегли. П/и: «Сбей кегли»№48 3.М/игра:«Тишина»№8 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №14 2.ОВД — совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. -закреплять умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики. п/игра: «Удочка»№23, «Мы веселые ребята» №5 3.М/игра: «Холодно-горячо» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Апрель 01.04. – 05.04.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №15	9.00-10.30 Работа по самообразованию	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №15	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №15
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить вести мяч двумя руками. -упражнять в равновесии, продолжать развивать умение перекладывать мяч перед собой и за спиной во время ходьбы по гимнастической скамейке 3.П/игра:«Поспеши,но не урони»№12	игра: «Веселые старты» №47 - учить последовательно перепрыгивать через два предмета высотой 20 см. -закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках, укрепление связок стопы, захватывать стопами и перекладывать с места на место мешочки с песком. 3.П/и:«Самый ловкий,быстрый»№11	10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №16 - продолжать закреплять броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. -совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении 3.П/игра:«Ловишки»№19	игра: «Попади в обруч» №22 - учить метать мяч в вертикальную цель (высота 1,5м). -закреплять умение последователь- но перепрыгивать через 3предмета 3.П/игра:«С кочки на кочку» №33	игра: «Мой веселый,звонкий мяч» №28 - учить отбивать мяч об пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху; -закреплять умение последовательно перепрыгивать через три предмета, 3.П/игра: «Огуречик, огуречик» №4
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить вести мяч двумя руками. -упражнять в равновесии, продолжать развивать умение перекладывать мяч перед собой и за спиной во время ходьбы по гимнастической скамейке	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«С кочки на кочку» №38 - учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см;	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД - продолжать учить прыжкам в длину с места «Кто дальше прыгнет?» -развивать умение катить мяч между предметами. П/игра: «Прокати и догони» №14 3.М/игра: «Тишина» №8	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить метать мяч в вертикальную цель (высота 1,5м).	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Мой веселый,звонкий мяч» №28 - учить отбивать мяч об пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными

3.П/игра:«Поспеси,но не урони»№12 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД -учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. -продолжить развивать активность детей в играх с мячами. -П/игра: «Охотники и зайцы» № 20 3.М/игра:«Горячий мяч»№11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД -учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. -продолжить развивать активность детей в играх с мячами. -П/игра: «Охотники и зайцы» № 20 3.М/игра:«Горячий мяч»№11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис	- закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах 3.П/игра: «Слушай сигнал» №2 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«С кочки на кочку» №38 - учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см; - закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах 3.П/игра: «Слушай сигнал» №2 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Веселые старты» №47 - учить последовательно перепрыгивать через два предмета высотой 20 см. -закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках, укрепление связок стопы,	12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД - учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу. П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-закреплять умение последователь- но перепрыгивать через 3предмета 3.П/игра:«С кочки на кочку» №33 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Подбрось-поймай» №16 - продолжать закреплять броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. -совершенствовать умение выпол -нять бег в разном направлении 3.П/игра:«Ловишки»№19 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД - продолжать учить прыжкам в длину с места «Кто дальше прыгнет?» -развивать умение катить мяч между предметами. П/игра: «Прокати и догони» №14	пальцами, мягко давить на него сверху; -закреплять умение последовательно перепрыгивать через три предмета, 3.П/игра: «Огуречик, огуречик» №4 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	---	--

17.00 – 18.00 Мини – теннис	захватывать стопами и перекладывать с места на место мешочки с песком. 3.П/и:«Самый ловкий,быстрый»№11 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		3.М/игра: «Тишина» №8 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД - учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу. П/игра: «Веселые старты» № 14 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Апрель 08.04. – 12.04.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 - закреплять прыжки на правой и левой ноге поочередно между предметами. -продолжать совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении. 3.П/игра:«Ловишка,бери ленту»№30 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «С кочки на кочку» №33 - закреплять прыжки на правой и левой ноге поочередно между предметами. -продолжать совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Медведи и пчелы» №54 - учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом -закреплять умение перебрасывать мяч через препятствия с расстояния 2м. 3.П/игра:«Мяч водящему» №34 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Воробушки и автомобиль»№29 -учить выполнять боковой приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить бросать мяч вдаль двумя руками приемом из-за головы, стоя в шеренге. -упражнять в беге, прыжках на двух ногах через палки, положенные на расстояние 40см одна от другой. 3.П/игра:«Коршун и птенчики» №48 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Бабочка, лягушка и цапля» №6	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра «Не оставайся на полу»№15 -учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре -закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом 3.П/игра:«Медведи и пчелы»№54 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра «Не оставайся на полу»№15 -учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре -закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №15 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Кот и воробушки» №36 - упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с высоты 15-20 см; -развивать ловкость в упражнениях с мячом, бросать в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) 3.П/игра:«Попади в обруч» №24 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №15

3.П/игра:«Ловишка,бери ленту»№30 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Подбрось,поймай» №10 - учить прокатывать мяч в заданном направлении. -закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным 3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Подбрось,поймай»№10 - учить прокатывать мяч в заданном направлении. -закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным 3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11 13.00 – 14.00 Обед	-закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться 3.П/игра:«Обезьянки»№25 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Воробушки и автомобиль»№29 -учить выполнять боковой приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре -закреплять умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться 3.П/игра:«Обезьянки»№25 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Медведи и пчелы» №54 - учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом -закреплять умение перебрасывать мяч через препятствия с расстояния 2м. 3.П/игра:«Мяч водящему» №34	- совершенствовать умение ходить друг за другом «как цапли», «как мыши». –учить в ходьбе и беге, четкому выполнению упражнений 3.М/игра:«Карусель»№47 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД -продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. -закреплять умение водить мяч вокруг предметов, закатывать мяч в ворота. 3. П/игра:«Удочка»№23 «Сбей кеглю» №40 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	3.П/игра:«Медведи и пчелы»№54 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №15 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - учить бросать мяч вдаль двумя руками приемом из-за головы, стоя в шеренге. -упражнять в беге, прыжках на двух ногах через палки, положен -ные на расстояние 40см одна от другой. 3.П/игра:«Коршун и птенчики» №48 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД игра:«Бабочка, лягушка и цапля» №6 - совершенствовать умение ходить друг за другом «как цапли», «как мыши». –учить в ходьбе и беге, четкому выполнению упражнений 3.М/игра:«Карусель»№47 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки	2.ОВД игра:«Кот и воробушки» №36 - упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогну -тые ноги в прыжках с высоты 15-20 см; -развивать ловкость в упражнениях с мячом, бросать в вертикальную цель (высота мишени 1,2 м) 3.П/игра:«Попади в обруч» №24 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	--	---	--

14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		(на свежем воздухе) 1.ОРУ №15 2.ОВД -продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. -закреплять умение водить мяч вокруг предметов, закатывать мяч в ворота. 3. П/игра:«Удочка»№23 «Сбей кеглю» №40 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	--	--	---	--

08.04.2024 г. – Спортивное мероприятие «Космонавтом быть хочу» в средних группах

09.04.2024 г. – Спортивное мероприятие «Школа Космонавтов» в старших группах

10.04.-11.04.2024 г. – Локальный турнир по теннису «Красный мяч»

Утверждаю: 

Циклограмма

Апрель 15.04. – 19.04.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД п/и:«Попади в обруч» №22 - упражнять в метании мяча в вертикальную цель, совершенствовать умение выполнять движение слитно -закреплять ходьбу с высоким подниманием колен 3.П/игра:«Уточка» №23 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД п/и:«Попади в обруч» №22 - упражнять в метании мяча в вертикальную цель, совершенствовать умение выполнять движение слитно -закреплять ходьбу с высоким подниманием колен	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Поспеси,но не урони» №24 - формировать навыки сохранения ровной осанки и устойчивого равновесия в ходьбе по веревке -упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе 3.П/игра:«Проползи в туннель»№22 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:Самолеты«» №12 - упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами - упражнять в сохранении устойчиво- го равновесия	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №24 - упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед -продолжать совершенствовать прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах. 3.П/игра:«С кочки на кочку»№33 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра: «Ласточки» №16 - совершенствовать ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве. -развивать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «С кочки на кочку»№9 - учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок -упражнять бегать змейкой, мелкими и широкими шагами 3.П/и:«Самый ловкий» №11 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «С кочки на кочку»№9 - учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Птички» №35 - повторить упражнение в ходьбе и беге, с выполнением заданий, по кругу, «змейкой» - развивать умение в приземлении на полусогнутые ноги, из круга в круг. 3.П/игра:«Лягушки» №6 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Птички» №35 - повторить упражнение в ходьбе и беге, с выполнением заданий, по кругу, «змейкой» - развивать умение в приземлении на

3.П/игра:«Удочка» №23 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 - учить кататься на самокате в заданном направлении между конусами. -продолжать развивать активность детей в играх с обручами. 3.П/игра:«Попади в обруч» №23 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 - учить кататься на самокате в заданном направлении между конусами. -продолжать развивать активность детей в играх с обручами. 3.П/игра:«Попади в обруч» №23 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00	при ходьбе на повышенной опоре 3.П/игра:«Воробушки и автомобиль» №29 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:Самолеты«» №12 - упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами - упражнять в сохранении устойчиво- го равновесия при ходьбе на повышенной опоре 3.П/игра:«Воробушки и автомобиль» №29 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Поспешит, но не урони» №24 - формировать навыки сохранения ровной осанки и устойчивого равновесия в ходьбе по веревке -упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе	3.п/игра:«Зайцы и волк» №11 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра:«Веселые старты» №14 -продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу - 3.М/игра: «Самый ловкий,быстрый» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	равновесие и энергично выполняя толчок -упражнять бегать змейкой, мелкими и широкими шагами 3.П/и:«Самый ловкий» № 11 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Сделай фигуру» №24 - упражнять в ходьбе по шнуру, положенному зигзагообразно, спиной вперед -продолжать совершенствовать прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах. 3.П/игра:«С кочки на кочку»№33 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра: «Ласточки» №16 - совершенствовать ходьбу и бег враспынную,	полусогнутые ноги, из круга в круг. 3.П/игра:«Лягушки» №6 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
--	--	---	--	--

Мини – теннис	3.П/игра:«Проползи в туннель»№22 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		развивая ориентировку в пространстве. -развивать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед. 3.п/игра:«Зайцы и волк» №11 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра:«Веселые старты» №14 -продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу - 3.М/игра: «Самый ловкий,быстрый» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
----------------------	---	--	---	--

Утверждаю: 

Циклограмма

Апрель 22.04. – 26.04.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №16
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22 -закреплять навыки ползания на четвереньках между предметами - развивать навыки броска мяча друг другу снизу 3.П/игра:«Мяч водящему» №34	9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Школа мяча»№32 - учить бросать мяч о стену и ловить двумя руками -упражнять в прыжках в глубину, спрыгивать с предметов на полусогнутые ноги, сохранять равновесие. 3.П/и:«Не оставайся на полу»№42	9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра «Пожарные на учении» №29 - учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. -закреплять умение бросать мяч вверх и ловить двумя руками (3-4 раза подряд) 3.П/игра:«Подбрось-поймай»№10	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Мышки» №19 -упражнять ходьбу по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе, сохраняя равновесие. -совершенствовать навыки бега с выполнением определенных заданий. 3.П/игра: «Найди свой цвет» №15
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - упражнять в умении бегать мелкими и широкими шагами - закреплять умение вести мяч между предметами двумя руками 3.П/игра:«Школа мяча»№32	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - совершенствовать броски мяча на дальность правой и левой рукой - закреплять бег и ходьбу «змейкой» 3.М/игра: «Слушай сигнал» №22	11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Бабочка,лягушка и цапля»№6 - совершенствовать умение ходить друг за другом «как	9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра «Пожарные на учении» №29 - учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом.	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Мышки» №19 -упражнять ходьбу по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе, сохраняя равновесие.
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Слушай сигнал» №10 - упражнять в умении бегать мелкими и широкими шагами - закреплять умение вести мяч между предметами двумя руками 3.П/игра:«Школа мяча»№32				

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра:«Сбей кеглю» №32 -учить выполнять бросание мяча, занимая правильное исходное положение, в расставленные в разном положении кегли. -закреплять умение бегать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. 3.П/игра:«Перебежки» №55 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД п/игра:«Сбей кеглю» №32 -учить выполнять бросание мяча, занимая правильное исходное положение, в расставленные в разном положении кегли. -закреплять умение бегать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. 3.П/игра:«Перебежки» №55 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Брось за флажок» №46 - совершенствовать броски мяча на дальность правой и левой рукой - закреплять бег и ходьбу «змейкой» 3.М/игра: «Слушай сигнал» №22 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №16 2.ОВД игра: «Проползи в туннель» №22 -закреплять навыки ползания на четвереньках между предметами - развивать навыки броска мяча друг другу снизу 3.П/игра:«Мяч водящему» №34 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00	цапли», «как мыши» с выполнением заданий для рук. -развивать умение ходить и бегать, упражнять в прыжках. П/и: «Кот и воробушки»№36 3.М/игра:«Тишина»№8 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД - учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при подлезании под скакалками, поднятыми на высоту 40-50см. -упражнять в прыжках вокруг скакалки на одной ноге с продвижением вперед. п/игра: «Самый ловкий,быстрый»№17 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-закреплять умение бросать мяч вверх и ловить двумя руками (3-4 раза подряд) 3.П/игра:«Подбрось-поймай»№10 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Школа мяча»№32 - учить бросать мяч о стену и ловить двумя руками -упражнять в прыжках в глубину, спрыгивать с предметов на полусогнутые ноги, сохранять равновесие. 3.П/и:«Не оставайся на полу»№42 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД игра:«Бабочка,лягушка и цапля»№6 - совершенствовать умение ходить друг за другом «как цапли», «как мыши» с выполнением заданий для рук.	-совершенствовать навыки бега с выполнением определенных заданий. 3.П/игра: «Найди свой цвет» №15 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	--	--	--

15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	Совместная работа со специалистами, педагогами		-развивать умение ходить и бегать, упражнять в прыжках. П/и: «Кот и воробушки»№36 3.М/игра:«Тишина»№8 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №16 2.ОВД - учить выбирать оптимальный способ действия для достижения лучшего результата при подлезании под скакалками, поднятыми на высоту 40-50см. -упражнять в прыжках вокруг скакалки на одной ноге с продвижением вперед. п/игра: «Самый ловкий,быстрый»№17 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	--	--

Утверждаю:



Циклограмма

Май 29.04. – 03.05.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17
9.00-10.00 Работа по самообразованию	9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №17 2.ОВД		9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №17 2.ОВД	9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД
10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №17 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - продолжать учить вести мяч о пол двумя руками, двигаясь по прямой. -упражнять в подлезании под аркан разными способами. 3.П/игра:«Проползи в туннель» №21	игра «Мяч водящему» №34 -закреплять броски мяча друг дру -гу снизу,из-за головы и ловить их - упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки 3.П/игра:«Байга» №45		игра: «Самый ловкий, быстрый» №11 - учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук -закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, 3.П/игра:«Поменяйся местами»№18	игра:«Птички» №35 - учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; -упражнять в беге «змей - кой» совершенствовать умение менять направление бега между предметами 3.П/игра: «Цветные автомобили» № 20
11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №17 2.ОВД игра: «Школа мяча» №32 - продолжать учить вести мяч о пол двумя руками, двигаясь по прямой. -упражнять в подлезании под аркан разными способами. 3.П/игра:«Проползи в туннель» №21	9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 - умение прокатывать мяч, лазать под шнур (под шнур, под дугу) «Прокати и догони» №14		9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №17 2.ОВД игра: «Самый ловкий, быстрый» №11 - учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук -закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, 3.П/игра:«Поменяйся местами»№18	9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД игра:«Птички» №35 - учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; -упражнять в беге «змей - кой» совершенствовать
			10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки	

11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД -П/игра «День и ночь» №1 -П/игра: «Самолеты» № 7 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	- изменять направление при ходьбе в колонне игра «Поезд» №7 3.П/игра: «У медведя во бору» №8 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД «По ровненькой дорожке» №1 - умение прокатывать мяч, лазать под шнур (под шнур, под дугу) «Прокати и догони» №14 - изменять направление при ходьбе в колонне игра «Поезд» №7 3.П/игра: «У медведя во бору» №8 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №17 2.ОВД игра «Мяч водящему» №34 -закреплять броски мяча друг дру -гу снизу,из-за головы и ловить их - упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки	1.ОРУ №17 2.ОВД - игра: «Мышки» №55 -продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч -закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола 3.П/игра:« Подбрось-поймай» №16 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД - совершенствовать ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках, -упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. П/игра: «Волк и зайцы» №11 3.П/игра: «Ласточки» №16 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД - продолжать формировать навыки игры в баскетбол: направлять движение мяча несколько в стороне от ноги, направлять мяч в корзину с одновременным разгибанием ног.	умение менять направление бега между предметами 3.П/игра: «Цветные автомобили» № 20 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	--

	3.П/игра:«Байга» №45 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		-совершенствовать навыки броска мяча в кольцо, передаче друг другу двумя руками от груди. П/игра: «Мяч водящему» № 11, «Попади в обруч» №22 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	---	--

02.05. – 03.05.2024 г. – V Командный турнир по теннису

Утверждаю: 

Циклограмма

Май 06.05. – 10.05.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №17 2.ОВД п/и:«Чье звено скорее соберется?» №54 -продолжать упражнять в построении и перестроении -развивать предметную ловкость - ползать с мячом между колен с опорой на ладони и ступни; ходить с мячом, зажатым между ступнями 3.П/игра:«Веселые старты» №14 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №17 2.ОВД п/и:«Чье звено скорее соберется?» №54 -продолжать упражнять в построении и перестроении -развивать предметную ловкость - ползать с мячом между колен с опорой на ладони и ступни; ходить с мячом, зажатым между ступнями 3.П/игра:«Веселые старты» №14 11.35 – 12.00		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №17 2.ОВД - игра: «Мышки» №55 -продолжать упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч -закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после отскока от пола 3.П/игра:« Подбрось-поймай» №6 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД - совершенствовать ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках, -упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. П/игра: «Волк и зайцы» №11		8.20-8.40 Утренняя гимнастика №17 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 - учить бросать мешочки с песком на дальность на расстояние 2,5-5м. -совершенствовать умение прыгать на двух ногах из круга в круг 3.П/игра:«Зайцы и волк»№11 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №17 2.ОВД игра:«Брось за флажок» №46 - учить бросать мешочки с песком на дальность на расстояние 2,5-5м. -совершенствовать умение прыгать на двух ногах из круга в круг 3.П/игра:«Зайцы и волк»№11

«Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 -упражнять в беге в медленном темпе – 1 минута -закреплять умение приземляться, слегка сгибать ноги в коленях. 3.П/игра:«Не оставайся на полу» №15 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД игра: «Веселые старты»№47 -упражнять в беге в медленном темпе – 1 минута -закреплять умение приземляться, слегка сгибать ноги в коленях. 3.П/игра:«Не оставайся на полу» №15 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис		3.П/игра: «Ласточки» №16 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №17 2.ОВД - продолжать формировать навыки игры в баскетбол: направлять движение мяча несколько в стороне от ноги, направлять мяч в корзину с одновременным разгибанием ног. -совершенствовать навыки броска мяча в кольцо, передаче друг другу двумя руками от груди. П/игра: «Мяч водящему» № 11, «Попади в обруч» №22 3.М/игра: «Горячий мяч» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)		10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	--	---

06.05.2024 г. – Спортивное мероприятие «Мы будущие защитники Родины своей» в старших группах

Утверждаю: 

Циклограмма

Май 13.05. – 17.05.2024 г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Мяч водящему» №11 - учить перебрасывать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук. -упражнять в прыжках в длину с места 3.П/игра:«Мы веселые ребята»№5 4.М/игра: «Кто ушел?» №13 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Мяч водящему» №11 - учить перебрасывать мяч друг другу с расстояния 1,5-2 метра, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук.	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №41 -закреплять умение бегать «змейкой» между предметами коротким шагом -упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильного положения головы при выполнении ходьбы с предметом на голове. 3.П/игра:«Поспеси,но не урони» №24 4.М/игра: «Угадай по голосу»№10 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Найди свой цвет»№15 - развивать ориентировку в пространстве	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить метать мешочки с песком в цель. -совершенствовать умение выдержи-вать темп движения, ставить ногу с пятки на носок при беге в медленном темпе: упражнять в прыжках в глубину 3.П/игра: «Лиса в курятнике» №49 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Солнышко и дождик» №10 - развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра «Найди себе пару»№13 -закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе, умение ходить на носочках -упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками 3.П/игра:«Подбрось-поймай»№10 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра «Найди себе пару»№13 -закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе, умение ходить на носочках	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Слушай сигнал» №2 развивать навыки ходьбы и бега с выполнением заданий. - «Точно в цель» № 51- совершенствовать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; -упражнять в ползании на ладонях и ступнях. 3.П/игра:«Мыши в кладовой» №13 4.М/игра: «Тишина»№8 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Слушай сигнал» №2

-упражнять в прыжках в длину с места 3.П/игра:«Мы веселые ребята»№5 4.М/игра: «Кто ушел?» №13 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игровое упр. «Прыгуны» №56 - закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, кругом. - игр. упр.: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в ходьбе с разным положением рук, развивать внимание, координационные способности, умение изменять направление бега. 3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игровое упр. «Прыгуны» №56 - закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, кругом. - игр. упр.: «Слушай сигнал» №40 - упражнять в ходьбе с разным положением рук, развивать внимание, координационные способности, умение изменять направление бега.	- выполнять задание по сигналу воспитателя, уметь бегать враспынную 3.П/игра:«Погреми погремушкой»№17 4.М/и: «Мы топаем ногами»№12 9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Найди свой цвет»№15 - развивать ориентировку в пространстве - выполнять задание по сигналу воспитателя, уметь бегать враспынную 3.П/игра:«Погреми погремушкой»№17 4.М/и: «Мы топаем ногами»№12 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Пробеги тихо» №41 -закреплять умение бегать «змейкой» между предметами коротким шагом -упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильного положения головы при выполнении	-упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 3.П/игра:«Кот и воробушки»№36 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД - продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу. 3. П/игра:«Ворота»№47, «Сбей кеглю» №40, «Поменяйся местами» №2 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	-упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками 3.П/игра:«Подбрось- поймай»№10 10.25 – 10.55 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Попади в обруч» №22 - учить метать мешочки с песком в цель. -совершенствовать умение выдержи-вать темп движения, ставить ногу с пятки на носок при беге в медленном темпе: упражнять в прыжках в глубину 3.П/игра: «Лиса в курьятнике» №49 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игра:«Солнышко и дождик» №10 - развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами -упражнять в сохранении устойчивого равновесия при	развивать навыки ходьбы и бега с выполнением заданий. - «Точно в цель» №51 - совершенствовать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; -упражнять в ползании на ладонях и ступнях. 3.П/игра:«Мыши в кладовой» №13 4.М/игра: «Тишина»№8 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	---	--	---	--

3.П/игра «Самый ловкий, быстрый» №11 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	ходьбы с предметом на голове. 3.П/игра:«Поспеси,но не урони» №24 4.М/игра: «Угадай по голосу»№10 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00 Совместная работа со специалистами, педагогами		ходьбе на повышенной опоре. 3.М/игра:«Кот и воробушки»№36 12.00 – 12.30 «Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД - продолжать учить овладевать навыками игры в футбол в паре, останавливать мяч подошвой, попадать мячом в цель. -совершенствовать навыки перестроения колонну, круг, шеренгу. 3. П/игра:«Ворота»№47, «Сбей кеглю» №40, «Поменяйся местами» №2 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
---	---	--	---	--

15.05.2024 г. – Спортивное мероприятие «Папа, мама, я – спортивная семья» на базе ОСДЮСШ по теннису

Утверждаю: _____



Циклограмма

Май 20.05. – 24.05.2024г

Инструктор по физкультуре: Щербина О.Л.

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-10.00 Работа по самообразованию 10.25 – 10.55 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД п/и: «Ловишка, бери ленту» №30 -упражнять бегать с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты. -совершенствовать прыжки на правой и левой ноге между предметами 3.П/игра:«Затейники» №15 11.00 – 11.30 «Гульдер» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД п/и: «Ловишка, бери ленту» №30 -упражнять бегать с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты. -совершенствовать прыжки на правой и левой ноге между предметами	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00 - 9.25 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Обезьянки» №57 - учить лазать по гимнастической стенке чередуясь шагом -закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками 3.П/и:«Школа мяча»№36 9.30 – 9.50 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 - развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами, катанию мяча друг другу с расстояния 1,5-2метра сидя, ноги врозь -упражнять в ходьбе и беге враспынную 3.П/игра:«Погреми погремушкой»№17	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-10.30 Работа по самообразованию 10.35 – 11.05 «Почемучки» группа дошкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Вышибалы»№9 -продолжать закреплять метание мяча в движущуюся цель с расстояния 3метра. умение уворачиваться от летящего мяча. -совершенствовать умение выполнять бег в разном направлении. 3.П/игра: «Свободное место» №3 11.35 – 11.55 «Радуга» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД п/игра: «Слушай сигнал» №2 - продолжать упражнять детей бегать по сигналу воспитателя;	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.25 – 9.50 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Поспешно не урони»№24 - упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками. -закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе 3.П/и:«Парный бег» №3 9.55 – 10.20 «Капельки» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Поспешно не урони»№24 - упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками. -закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе 3.П/и:«Парный бег» №3	8.20-8.40 Утренняя гимнастика №18 9.00-9.20 «Радуга» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Мы веселые ребята» №53 - совершенствовать умение легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на другую, согласовывать свой бег с бегом других детей; - закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании через предметы 3.П/игра:«Ласточки»№16 9.25 – 9.45 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Мы веселые ребята» №53 - совершенствовать умение легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на

3.П/игра:«Затейники» №15 11.35 – 12.00 «Капельки» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Сбей кеглю»№32 - учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. -закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку, 3.П/игра:«Веселые старты» №47 12.05 – 12.30 «Колокольчики» страшная группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Сбей кеглю»№32 - учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. -закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку, 3.П/игра:«Веселые старты» №47 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией	9.55 – 10.15 «Акбота» средняя группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Прокати и догони» №14 - развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами, катанию мяча друг другу с расстояния 1,5-2метра сидя, ноги врозь -упражнять в ходьбе и беге враспынную 3.П/игра:«Погреми погремушкой»№17 10.20 – 10.45 «Колокольчики» старшая группа 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Обезьянки» №57 - учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом -закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками 3.П/и:«Школа мяча»№36 11.00 – 13.00 Изучение методической литературы, работа с документацией 13.00 – 14.00	-развивать умение ходить и бегать свободно, упражнять умение находить свое место в построениях 3.п/игра:«Найди свой домик» №9 12.00 – 12.30 «Гульдер» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД п/игра:«Удочка» №23 - продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. -закреплять умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики 3.п/игра: «Самый ловкий,быстрый» №17 13.00 – 14.00 Обед 14.00 – 15.00 Работа с документацией 15.30 – 16.30 Мини – теннис 17.00 – 17.30 Мини – теннис (с родителями)	10.25 – 10.55 «Гульдер» группа предшкольной подготовки 1.ОРУ №18 2.ОВД игра: «Вышибалы»№9 -продолжать закреплять метание мяча в движущуюся цель с расстояния 3метра. умение уворачиваться от летящего мяча. -совершенствовать умение выпол -нять бег в разном направлении. 3.П/игра: «Свободное место» №3 11.35 – 11.55 «Акбота» средняя группа (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД п/игра: «Слушай сигнал» №2 - продолжать упражнять детей бегать по сигналу воспитателя; -развивать умение ходить и бегать свободно, упражнять умение находить свое место в построениях 3.п/игра:«Найди свой домик» №9 12.00 – 12.30	другую, согласовывать свой бег с бегом других детей; - закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании через предметы 3.П/игра:«Ласточки»№16 10.00 – 14.00 Изучение методической литературы, работа с документацией
---	--	---	---	---

15.30 – 16.00 Бэби – теннис 17.00 – 18.00 Мини – теннис	Совместная работа со специалистами, педагогами		«Почемучки» группа предшкольной подготовки (на свежем воздухе) 1.ОРУ №18 2.ОВД п/игра:«Удочка» №23 - продолжать совершенствовать умение перепрыгивать через аркан в момент его прохождения под ногами игрока. -закреплять умение уворачиваться от летящего мяча, применяя разные тактики 3.п/игра: «Самый ловкий,быстрый» №17 12.30 – 13.00 Мини – теннис 13.00 – 14.00 Работа с документацией	
--	---	--	--	--