

ЦИКЛОГРАММА

инструктора по физической культуре

Понедельник

Начало рабочего дня	7:30
Работа с методической литературой	7:30-7:40
Подготовка к проведению утренней гимнастики. Проветривание спортивного зала.	7:40-7:50
Проведение утренней гимнастики в группах ДОУ	7:50-8:25
Проветривание. Подготовка к проведению ООД. Подготовка инвентаря.	8:25-9:00
ООД в группах ДОУ по расписанию.	9:00-12:00
Уборка инвентаря, проветривание.	12:00-12:30
Обед	12:30-13:00
Написание календарных планов на следующий день.	13:00-14:30
Работа над проектом.	14:30-15:20
ООД Подготовительная группа «Радуга»	15:20-15:45
Уборка инвентаря в зале.	15:45-16:00
Работа с сайтом ДОУ	16:00-17:00

Вторник

Начало рабочего дня.	7:30
Составление планов досугов.	7:30-7:40
Подготовка к проведению утренней гимнастики. Проветривание.	7:40-7:50
Проведение утренней гимнастики в группах ДОУ.	7:50-8:25
Подготовка к проведению ООД, проветривание	8:25-9:00
ООД в группах ДОУ по расписанию	9:00-12:00
Обед	12:30-13:00
Составление сценариев на развлечения в группах	13:00-14:00
Работа по самообразованию (методическая литература)	14:00-15:15
Индивидуальная работа старшая группа «Солнышко»	15:15-15:40
Индивидуальная работа старшая группа «Алые паруса»	15:45-16:10
Уборка физкультурного зала	16:20- 16:30
Работа с сайтом ДОУ	16:30-17:00

Рабочее время – 10 часов

Среда

Начало рабочего дня	7:30
Подбор и изготовление необходимого инвентаря для досугов	7:30-7:40
Подготовка к проведению утренней гимнастики	7:40– 7:50
Проведение утренней гимнастики в группах ДОУ	7:50 - 8:25

Подготовка к проведению ОД, проветривание	8:20 — 9:00
ООД в группах ДОУ по расписанию	9:00 - 11:40
Индивидуальная работа подготовительная группа «Радуга»	11:40 – 12:10
Проветривание, уборка инвентаря	12:10 - 12:30
Обед	12:30 - 13:00
Составление картотеки подвижных игр	13:00 – 15:00
Индивидуальная работа средняя группа «Звездочки »	15:20 - 15:40
Индивидуальная работа младшая группа «Светлячок»	15:45 – 16:05
Уборка физкультурного зала, просмотр материала на следующий день	16:10 – 17:00

Рабочее время – 10 часов

Четверг

Начало рабочего дня	7:30
Подбор и изготовление необходимого инвентаря для досугов	7:30-7:40
Подготовка к проведению утренней гимнастики	7:40 – 7:50
Проведение утренней гимнастики в группах ДОУ	7:50 – 8:25
Уборка физкультурного инвентаря, подготовка к проведению ООД, проветривание	8:20 – 9:00
ООД в группах ДОУ по расписанию	9:00 – 12:00
Уборка инвентаря, проветривание Работа с сайтом ДОУ	12:00-12:30
Обед	12:30–13:00
Составление картотеки подвижных игр	13:00-13:30
Методический час	13:30-15:00
Подготовка к проведению индивидуальной работы	15:00-15:15
Индивидуальная работа средняя группа «Звездочка»	15:15–15:40
Уборка физкультурного зала, проветривание	15:40-16:00
Составление информации на стенд для родителей	16:00-17:00

Рабочее время – 10 часов

Пятница

Начало рабочего дня	7:30
Подбор и изготовление необходимого инвентаря для досугов	7:30-7:40
Подготовка к проведению утренней гимнастики, проветривание	7:40-7:50
Проведение утренней гимнастики в группах ДОУ	7:50-8:25
Подготовка к поведению ООД, проветривание	8:20-9:00
ООД в группах ДОУ по расписанию	9:00 – 12:00
Уборка инвентаря, проветривание	12:00 – 12:30
Обед	12:30-13:00
Работа с сайтом ДОУ	13:00 – 15:30

Рабочее время – 8,30 мин