

Директор ЗДО №19: 

ЗАТВЕРДЖУЮ.

С. Криванич

31 серпня 2023 року.

**РОЗКЛАД ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ та
ЗАНЯТЬ ГУРТКА З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
«У ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ»
на 2023-2024 н.р..**

Інструктор з фізичної культури Д.О. Прислупська.

ПОНЕДІЛОК. З 8.30 – 13.30 год./5 годин/

8.30 – 8.40 Підготовка обладнання до ранкової гімнастики.

8.40 - 8.55 Ранкова гімнастика

9.30 - 9.50 Заняття з фізичної культури. / в групі/. II молодша група

9.50 – 10.05 Заняття з фізичної культури. / в групі/. I молодша група №1

10.05 – 10.20 Заняття гуртка з фізичної культури

«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж, медитація, вправи на дихання, бебі – йога. / в групі/ Старша група №1

10.25 – 10.40 Заняття гуртка з фізичної культури

«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж, медитація, вправи на дихання, бебі – йога. / в групі/ I молодша №2

10.45 – 11.00 Заняття гуртка з фізичної культури

«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж, медитація, вправи на дихання, бебі – йога. / в групі/ Старша група №2.

11.00 - 13.30 Робота з документацією.

Підбір вправ та ігор для дітей, які стоять на диспансерному обліку.

Підготовка обладнання та атрибутів до занять.

Заняття і гурткова робота проводяться в групах або на фізкультурному майданчику відповідно до погодних умов.

ВІВТОРОК. З 8.30 – 13.30 год.

8.30 – 8.40 Підготовка обладнання до ранкової гімнастики.

8.40 - 8.55 Ранкова гімнастика.

Заняття в групах.

8.55 – 9.30 Підготовка обладнання до занять.

9.30 – 9.50 Фізкультурне заняття.

I молодша група №2. /в групі/

9.55 – 10.15 Фізкультурне заняття.

Середня група. /в групі/

10.20 – 10.35 Заняття гуртка з фізичного виховання
«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж,
медитація, бебі – йога. І молодша група №1 /в групі/
10.40 – 11.10 Фізкультурне заняття. Старша група №1 /в групі/
11.10 – 11.30 Індивідуальна робота з дітьми, які стоять на диспансерному обліку.

11.30 – 13.30 Робота з діловою документацією.
Складання планів занять гуртка «В здоровому тілі – здоровий дух».
Виготовлення атрибутів до занять, фізкультурних свят і розваг.

СЕРЕДА. З 8.30 - 13.30 год. /5 годин/

8.30 – 8.40 Підготовка до ранкової гімнастики.
8.40 – 8.55 Ранкова гімнастика.
8.55 – 9.20 Підготовка до занять.

Заняття в залі або на фізкультурному майданчику відповідно до погодних умов.

9.20 – 9.40 Заняття з фізичної культури. II молодша група
9.45 – 10.00 Заняття з фізичної культури. I молодша група №2
10.05 – 10.20 Заняття з фізичної культури. Середня група
10.25 – 10.45 Заняття з фізичної культури. Старша група №2
10.50 – 11.20 Заняття з фізичної культури. Старша група №1

11.25 – 11.45 Індивідуальна робота з дітьми, які стоять на диспансерному обліку
11.45 – 13.30 Робота з діловою документацією. Підбір вправ для індивідуальної
роботи з дітьми. Підготовка обладнання та атрибутів до занять. Складання сценаріїв

ЧЕТВЕР. З 8.30 – 15.30 год. /4 години/

8.30 – 8.40 Підготовка до ранкової гімнастики.
8.40 – 8.55 Ранкова гімнастика.
8.55 – 9.20 Підготовка до занять.

Заняття в групах.

9.30 – 9.45 Заняття гуртка з фізичної культури
«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж,
медитація, дихальні вправи, бебі – йога. І молодша група №1 /в групі/.
9.45 – 10.05 Заняття гуртка з фізичної культури
«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж,
медитація, дихальні вправи, бебі – йога. II молодша група /в групі/.
10.10 – 10.40 Заняття з фізичної культури. Старша група №2 /в групі/
10.45 – 11.05 Заняття гуртка з фізичного виховання
«В здоровому тілі – здоровий дух»: пальчикові ігри і вправи, точковий масаж,

медитація, бебі – йога, якщо в групі; рухливі ігри та естафети, якщо на фізкультурному майданчику.

Середня група.

11.10– 11.40 Індивідуальна робота з дітьми, які стоять на диспансерному обліку.
11.40 – 12.30 Робота з документацією, складання планів, підготовка обладнання.

П'ЯТНИЦЯ. З 14.30 – 17.30 год. /3 години/

Фізкультурні розваги - два рази на місяць в кожній групі.

Фізкультурні свята – один раз на місяць. Дошкільні групи.

День Здоров'я – один раз на квартал. Остання п'ятниця кварталу. Всі групи.

Фізкультурні свята і розваги.

I – III тиждень:

14.30 – 15.30 Робота з документацією. Підготовка атрибутів до свят і розваг.

15.30 -16.00 – Старші групи № 1-2

16.15 – 16.35 – I молодша група №1

16.40 – 17.00 – I молодша група №2

16.45 – 17.30 Робота з документацією.

1 раз в квартал – День здоров'я /за окремим графіком/

Фізкультурні свята і розваги.

II-IV тиждень:

14.30 – 15.30 Робота з документацією. Підготовка атрибутів до свят і розваг.

15.30 – 16.00 - Середня група

16.15 – 16. 40 – II молодша група

16.40 – 17.00 Робота з документацією.

1 раз в квартал – День здоров'я /за окремим графіком/