



**Циклограмма деятельности
инструктора по физической культуре Суханкиной О.И.
на 2025 – 2026 уч. год**

Дни недели	Время	Содержание деятельности
понедельник	8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика (под музыкальное сопровождение)
	9.00 – 9.20	Фронтальное занятие Группа № 3
	9.30 – 9.45	Фронтальное занятие Группа № 5
	10.20 – 10.50	Фронтальное занятие Группа № 7
	11.00 – 12.00	Индивидуальная работа с детьми(Дима З. Иван Щ. Милана К. Василиса Б. Маргарита Г. Матвей Г.Захар Ж.)
	12.20 – 14.00	Работа по благоустройству спортивного зала, площадки
	14.00 – 15.00	Самообразование
	15.00 – 15.30	Подготовка к занятиям
	15.30 – 15.55	Фронтальное занятие Группа № 4
вторник	8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика (под музыкальное сопровождение)
	8.30 – 9.00	Подготовка к занятиям
	9.00 – 9.10	Фронтальное занятие Группа № 2
	9.25 – 9.40	Фронтальное занятие Группа № 6
	10.05 – 10.25	Фронтальное занятие Группа № 10
	10.35 – 11.05	Фронтальное занятие Группа № 8
	13.00 – 15.00	Взаимодействие с участниками образовательных отношений
среда	8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика (под музыкальное сопровождение)
	8.30 – 9.00	Подготовка к занятиям
	9.00 – 9.15	Фронтальное занятие Группа № 5
	9.30 – 9.50	Фронтальное занятие Группа № 3
	10.00 – 10.25	Фронтальное занятие Группа № 9
	10.35 – 11.05	Фронтальное занятие Группа № 8
	12.00 – 13.00	Самообразование
	13.00 – 15.00	Работа с документацией, изготовление атрибутов, подготовка к занятиям
	15.30 – 15.55	Фронтальное занятие Группа № 4
четверг	8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика (под музыкальное сопровождение)
	8.30 – 9.00	Подготовка к занятиям
	9.00 – 9.20	Фронтальное занятие Группа № 10
	9.30 – 9.45	Фронтальное занятие Группа № 6
	11.00 – 11.40	Индивидуальная работа с детьми (София К., Андрей Ч.,Вика Ю., Максим М.)
	12.00 – 13.30	Составление комплексов гимнастики
	13.30 – 15.00	Взаимодействие с участниками образовательных отношений
пятница	8.00 – 8.30	Утренняя гимнастика (под музыкальное сопровождение)
	8.30 – 9.00	Подготовка к занятиям
	9.00 – 9.10	Фронтальное занятие Группа № 2
	9.35 – 10.00	Фронтальное занятие Группа № 9
	10.20 – 10.50	Фронтальное занятие Группа № 7
	10.30 – 11.00	Индивидуальная работа с детьми (Ксения К.,Арсений К.,Денис Т., Денис Ф.,Артем Ш. ,Варя Я.)
	11.00 – 12.30	Составление планов работы, работа с методической литературой
	12.30 – 13.30	Изготовление физкультурного пособия
	13.30 – 14.30	Взаимодействие с участниками образовательных отношений