

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
г. НИЖНЕВАРТОВСКА ДЕТСКИЙ САД № 40 «ЗОЛОТАЯ РЫБКА»

**ТАБЕЛЬ ПОСЕЩАЕМОСТИ**

группы «Олимпийский резерв»

(по физическому развитию) детьми дошкольного возраста

(6 лет и до окончания образовательных отношений)

на 2022-2023 учебный год

Начат: 01.09.2022г.

Окончен: \_\_\_\_\_

Инструктор  
по физической культуре:  
Лисищенко Л. М.

г. Нижневартовск, 2022г.

**Лист здоровья воспитанников ГОН № 8 «Радуга»**

№	Ф.И.	Группа. Возраст	1 полугодие	2 полугодие
1	Багиров Рамин	№8; 6-7 лет	2 гр.	
2	Бадалова Ханым	№8; 6-7 лет	1 гр.	
3	Белобровко Максим	№8; 6-7 лет	1 гр.	
4	Башаев Султан	№5; 6-7 лет	2 гр.	
5	Гуранков Георгий	№; 6-7 лет	1 гр.	
6	Калашников Никита	№5; 6-7 лет	2 гр.	
7	Калинин Дамиан	№5; 6-7 лет	2 гр.	
8	Куркиева Зарина	№8; 6-7 лет	1 гр.	
9	Колонских Артем	№8; 6-7 лет	1 гр.	
10	Келеменов Дмитрий	№5; 6-7 лет	1 гр.	
11	Лазурко Аделина	№8; 6-7 лет	2 гр.	
12	Магафуров Роман	№5; 6-7 лет	2 гр.	
13	Некрасов Роман	№11; 6-7 лет	2 гр.	
14	Пажгин Степан	№11; 6-7 лет	2 гр.	
15	Семенов Алексей	№8; 6-7 лет	2 гр.	
16	Сыпайло Виктория	№11; 6-7 лет	2 гр.	
17	Толмачев Марк	№8; 6-7 лет	1 гр.	
18	Шевченко Анастасия	№5; 6-7 лет	2 гр.	
19	Шишкова Виктория	№8; 6-7 лет	2 гр.	
20	Шуайбов Ризван	№5; 6-7 лет	2 гр.	
21	Цуркану Виолетта	№8; 6-7 лет	1 гр.	

№	Фамилия, имя ребенка ГОН № 8 «Радуга»	сентябрь							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Багиров Рамин	bc	bc	к					
2	Бадалова Ханым	bc	bc	к					
3	Белобровко Максим				bc		bc		
4	Башаев Султан	bc	bc	bc	к				
5	Гуранков Георгий								
6	Калашников Никита								
7	Калинин Дамиан	bc	bc	к					
8	Куркиева Зарина								
9	Колонских Артем								
10	Келеменов Дмитрий	bc	bc	bc	к				
11	Лазурко Аделина								
12	Магафуров Роман								
13	Некрасов Роман	bc	к	к					
14	Пажгин Степан								
15	Семенов Алексей	bc	к	к					
16	Сыпайло Виктория								
17	Толмачев Марк								
18	Шевченко Анастасия	bc	к	к	к				
19	Шишкова Виктория								
20	Шуайбов Ризван								
21	Цуркану Виолетта	к	к						
Итого		12	12	13	17	21	20	21	21

№	Дата	Тема/цель
1	02.09.2022	Беговая подготовка. ОРУ. Спец. бег. упр. Бег: 5 по 10 м.
2	06.09.22	Бег в медл. темпе. ОРУ. Спец. бег. упр. Прыжки в длину с места-техника. Бег с ускорен.: 5 по 10 м.
3	09.09.22	Беговая подготовка. ОРУ. Бросок н. мяча-техника. Упр. на «пресс»-техника. Бег с ускорен.: 5 по 10 м.
4	13.09.22	Бег в медл. темпе. ОРУ. Спец. бег. упр. Челн. Бег: 3 по 10 м-техника (4-5 раз).
5	16.09.22	Мониторинг: бег 10 м; прыжок в длину с места; гибкость.
6	20.09.22	Мониторинг: челночный бег: 3 по 10 м; «пресс»; бросок н. мяча.
7	23.09.22	Беговая подготовка. ОРУ. Спец. бег. упр. Скоростная подгот.: бег 10 м-3 раз; бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
8	27.09.22	Беговая подготовка. ОРУ. Спец. бег. упр. Скоростная подгот.: бег 10 м-3 раз; бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.

№	Фамилия, имя ребенка ГОИ № 8 «Радуга»	октябрь							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Багиров Рамин	к					к		
2	Бадалова Ханым				к				
3	Белобровко Максим		к					к	к
4	Башаев Султан			к					
5	Гуранков Георгий								
6	Калащников Никита						к		
7	Калинин Дамиан	к							
8	Куркиева Зарина								
9	Колонских Артем					к	к	к	к
10	Келеменов Дмитрий			к					
11	Лазурко Аделина								
12	Магафуров Роман				к				
13	Некрасов Роман								
14	Пажгин Степан								
15	Семенов Алексей								
16	Сыпайло Виктория								
17	Толмачев Марк		к						
18	Шевченко Анастасия								
19	Шишкова Виктория				к	к			к
20	Шуайбов Ризван								
21	Цуркану Виолетта								
Итого		19	19	19	18	19	18	19	18

№	Дата	Тема/цель
1	04.10.2021.	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 10 м-4 раз: бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
2	07.10.2021.	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 10 м-4 раз: бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
3	11.10.2021.	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: челн. бег: 3 по 10 м-3 раз: бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
4	14.10.2021.	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: челн. бег: 3 по 10 м-3 раз: бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
5	18.10.2021.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 10-30 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; броски н. мяча).
6	21.10.2021.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 10-30 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; броски н. мяча).
7	25.10.2021.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 10-30 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; броски н. мяча).
8	28.10.2021.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 10-30 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; броски н. мяча).

№	Фамилия, имя ребенка ГОИ № 8 «Радуга»	ноябрь							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Багиров Рамин			bc				bc	bc
2	Бадалова Ханым	bc				bc			
3	Белобровко Максим		bc			bc			
4	Башаев Султан			bc	bc				bc
5	Гуранков Георгий								
6	Калащников Никита	bc						bc	
7	Калинин Дамиан								
8	Куркиева Зарина								
9	Колонских Артем	bc	bc	bc					
10	Келеменов Дмитрий					bc			bc
11	Лазурко Аделина	bc			bc				
12	Магафуров Роман						bc		
13	Некрасов Роман			bc	bc	bc			
14	Пажгин Степан								
15	Семенов Алексей		bc	bc	bc				
16	Сыпайло Виктория							bc	
17	Толмачев Марк	bc	bc						
18	Шевченко Анастасия						bc	bc	
19	Шишкова Виктория	bc	bc	bc	bc				
20	Шуайбов Ризван								
21	Цуркану Виолетта						bc	bc	bc
Итого		15	16	15	16	18	16	16	17

№	Дата	Тема/цель
1	01.11.2022	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 10 м-4 раз; бег 30 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
2	08.11.2022	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 10 м-4 раз; бег 40 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
3	11.11.2022	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: челн. бег: 3 по 10 м-4 раз; бег 40 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
4	15.11.2022	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: челн. бег: 3 по 10 м-3 раз; бег 40 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
5	18.11.2022	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 20-40 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).
6	22.11.2022	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).
7	25.11.2022	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).
8	29.11.2022	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( бег 20-40 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; броски н. мяча).

№	Фамилия, имя ребенка ГОН № 8 «Радуга»	декабрь							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Багиров Рамин				bc	bc	bc		
2	Бадалова Ханым		bc					bc	
3	Белобровко Максим	bc	bc	bc	bc	bc	bc	bc	bc
4	Башаев Султан	bc	bc			bc		bc	bc
5	Гуранков Георгий				bc	bc	bc	bc	bc
6	Калащников Никита			bc	bc	bc			
7	Калинин Дамиан	bc	bc				bc	bc	bc
8	Куркиева Зарина	bc	bc	bc					
9	Колонских Артем	bc	bc	bc	bc	bc	bc	bc	bc
10	Келеменов Дмитрий			bc	bc	bc	bc		
11	Лазурко Аделина	bc	bc		bc	bc	bc		
12	Магафуров Роман			bc	bc	bc			
13	Некрасов Роман							bc	bc
14	Пажгин Степан	bc	bc	bc					
15	Семенов Алексей				bc	bc	bc		
16	Сыпайло Виктория								
17	Толмачев Марк			bc	bc	bc			
18	Шевченко Анастасия			bc	bc	bc	bc		
19	Шишкова Виктория	bc	bc	bc					bc
20	Шуайбов Ризван		bc	bc					
21	Цуркану Виолетта	bc	bc	bc					
Итого		12	10	9	10	9	12	14	14

№	Дата	Тема/цель
1	02.12.2022.	Мониторинг: бег 10 м; прыжок в длину с места; гибкость.
2	06.12.2022.	Мониторинг: челночный бег: 3 по 10 м; «пресс»; бросок н. мяча.
3	09.12.2022.	ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 10 мин в медленном темпе.
4	13.12.2022.	ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 6 мин в среднем темпе.
5	16.12.2022.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. (челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).
6	20.12.2022.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. (челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).
7	23.12.2022.	Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 10 м-4 раз: бег 40 м-3 раз. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
8	27.12.2022.	Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. (челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из вися лёжа).

№	Фамилия, имя ребенка ГОН № 8 «Радуга»	январь							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Багиров Рамин								
2	Бадалова Ханым								
3	Белобровко Максим								
4	Башаев Султан								
5	Гуранков Георгий								
6	Калащников Никита								
7	Калинин Дамиан								
8	Куркиева Зарина								
9	Колонских Артем								
10	Келеменов Дмитрий								
11	Лазурко Аделина								
12	Магафуров Роман								
13	Некрасов Роман								
14	Пажгин Степан								
15	Семенов Алексей								
16	Сыпайло Виктория								
17	Толмачев Марк								
18	Шевченко Анастасия								
19	Шишкова Виктория								
20	Шуайибов Ризван								
21	Цуркану Виолетта								
Итого									

№	Дата	Тема/цель
1		ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 6 мин в медленном темпе.
2		ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 10 мин в медленном темпе.
3		Беговая разминка. Скорост.- силовая подг. ( челн. бег: 3 по 10 м; прыжки в длину с места-серийно; упр. для укрепл. «пресса»; развит. гибкости; подтягивание из виса лёжа).
4		ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 6 мин в среднем темпе.
5		Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 100м-2 раза. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
6		Беговая подготовка. ОРУ. СБУ. Скоростная подгот.: бег 100м-2 раза. Упр. для укрепл. «пресса». Серия прыжков в длину с места. Броски н. мяча-10-15 бросков.
7		ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 10 мин в медленном темпе.
8		ОРУ. СБУ. Кроссовая подготовка: бег 6 мин в среднем темпе.