



МБДОУ №43 Г.ШАХТЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ Г.ШАХТЫ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ДЕТСКИЙ САД №43»

ПОРТФОЛИО
инструктора по физической культуре
Мещеряковой
Марины Васильевны



Мещерякова Марина Васильевна



Визитная карточка:

Образование:

образовательное учреждение:

ГБПОУ РО «Шахтинский педагогический колледж»

год окончания: 2023г.

специальность: **Воспитатель детей дошкольного
возраста**

образовательное учреждение:

ГБПОУ РО «Шахтинский педагогический колледж»

год окончания: 2023г.

специальность: **Инструктор-методист по
физической культуре в ДОО.**

Частное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования -
Донской экономико-правовой колледж
предпринимательства
(ДЭПК)

ДИПЛОМ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

612420190599

Документ о квалификации

Регистрационный номер

221

Город
Шахты

Дата выдачи
14 августа 2023 г.

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Мещерякова
Марина Васильевна**

прошла (а) профессиональную переподготовку
с 17 апреля 2023 года по 12 августа 2023 года
в Частном образовательном учреждении
дополнительного профессионального образования -
Донской экономико-правовой колледж предпринимательства
(ДЭПК)
по программе дополнительного профессионального образования

**Инструктор по физической культуре в ДОО.
Физкультурно-оздоровительная работа
в условиях реализации ФГОС ДО**
в объеме 612 часов

Решением от
12 августа 2023 года, протокол № 193
Диплом подтверждает присвоение квалификации
Инструктор-методист по физической культуре
и дает право на ведение профессиональной деятельности в сфере
организационно-методического обеспечения физкультурно-
оздоровительной подготовки в дошкольных образовательных организациях
при выполнении требований функций А/01.4, В/01.5 - В/05.5, Д/01.6 - Д/03.6
на уровне квалификации - 6.



Присвоитель Е.М. Ирихин Е.М.
Методист О.В. Олейник О.В.

государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Ростовской области
«Шахтинский педагогический колледж»
(ГБПОУ РО «ШПК»)

Диплом о профессиональной переподготовке является документом
о присвоении квалификации и дает право ведения
профессиональной деятельности, связанной с получением данной
квалификации.

Регистрационный номер 13

ДИПЛОМ
о профессиональной переподготовке

610400007086

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Мещерякова
Марина
Васильевна**

обучалась(ся) в

ГБПОУ РО «ШПК»
по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
«Дошкольное воспитание и образование»
в объеме 430 часов

Решением аттестационной комиссии от 26 апреля 2023 года

ПРИСВОДЕНА КВАЛИФИКАЦИЯ

Воспитатель детей дошкольного возраста

Проводитель
аттестационной комиссии Е.В. Богачева
Ректор (директор) Е.В. Богачева
Город Шахты 26 апреля 2023 г.





Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования Ростовской области
«Институт развития образования»

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

611201917908

Настоящее удостоверение подтверждает, что Меицяркова
(фамилия, имя, отчество)

Мария

Васильевна

с 26 05 2025 г. по 06 06 2025 г.

прошла(а) обучение по дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации

"Соборная и проектная деятельность инструктора по физической культуре ДОО
в соответствии с ФГОС ДО"

в объеме 72 часов

(каждый час)



Профессор

Алиева Е.Е.

Секретарь

Буденкова Е.О.

Город Ростов-на-Дону Год 2025

Документ о квалификации

Регистрационный номер 2506801

Моё педагогическое кредо:

«Движение - это жизнь!»

Сегодня актуально быть активным, здоровым. Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранять работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. Особенно это становится в высшей степени актуальным и востребованным в век компьютерной и телевизионной гиподинамии.

Целью моей профессиональной деятельности является поиск наиболее оптимальных средств, форм работы для сохранения и укрепления здоровья детей, создание наиболее благоприятных условий для формирования у ребят отношения к здоровому образу жизни, использование всех возможностей для формирования психически здорового, социально-адаптированного и физически развитого человека. Важно также привлечение внимания родителей к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.

Мое педагогическое кредо: прививать интерес к физической культуре, приучать ребенка к здоровому образу жизни, формировать у дошкольников потребность в двигательной активности. Я стремлюсь создать в нашем детском саду маленькую страну Здоровья, где живут здоровые, умные, весёлые жители. Когда видишь радость и интерес в глазах малышей, их желание быть с тобой как можно чаще, чтобы постигать удивительный мир ДВИЖЕНИЙ, это даёт вдохновение и желание растить здорового ребёнка, дарить радость детям.

Методическая копилка

- Рабочая программа инструктора по физической культуре для детей от 3 до 7 лет
- Календарное планирование для второй младшей, средней, старшей и подготовительной групп
- Картотека утренней гимнастики
- Конспекты, сценарии физкультурных досугов и развлечений
- Картотека подвижных игр для детей дошкольного возраста
- Фильмотека о спорте и здоровье для детей дошкольного возраста
- Картотека физкультурных минуток
- Кричалки для детей дошкольного возраста
- Консультации для родителей и педагогов



Физическое воспитание дошкольников

Утренняя гимнастика—обязательная часть ежедневного режима ребенка в детском саду.

Она создает бодрое настроение, хорошее самочувствие, желание деятельности, обеспечивает постепенный переход от сна к бодрствованию, приучает детей к определенному режиму, дисциплинирует их.

Ходьба является естественным способом передвижения ребенка в пространстве. Задачей упражнений, формирующих правильный навык ходьбы, является воспитание у ребенка правильной осанки, легкого, устремленного вперед шага, согласованности движений рук и ног, содействующей уравниванию всего тела, формированию свода стопы.

Бег—интенсивное движение. Он оказывает большую функциональную нагрузку на весь организм ребенка, является хорошим средством тренировки органов дыхания и кровообращения, воспитания быстроты и выносливости. Задачей упражнений при обучении бегу является выработка легкого, быстрого, свободного, устремленного вперед движения с хорошей координацией рук и ног.











Физическое воспитание дошкольников

Метание и ловля Упражнения в метании и ловле воспитывают ловкость, глазомер, способствуют укреплению мышц ног, туловища и особенно рук и плечевого пояса. Они содействуют также совершенствованию координации движений.

Равновесие способствует развитию координации движений, ловкости, внимательности, воспитанию смелости, решительности, уверенности в своих силах. На протяжении дошкольного возраста развитие функции равновесия проходит путь от удержания определенной позы (при сидении, стоянии, ползании, а в последующем и в ходьбе) до возможности сохранения устойчивого положения тела при любых движениях и позах. Чувство равновесия тренируется и проверяется в процессе упражнений на уменьшенной площади опоры, когда требуется удержать тело от падения, затормозить неловкие движения, например ходьба по узкой доске, бревну, рейке, ходьба на носках, стояние на одной ноге, остановка после бега и т. п.











Физическое воспитание дошкольников

Прыжки характеризуются сильными, но кратковременными мышечными усилиями. В детском саду применяются подскоки на месте, с продвижением, прыжки с места и с разбега в длину и в высоту, прыжки с высоты (в глубину), через предметы, прыжки со скакалкой. При выполнении прыжков усиливается кровообращение и дыхание, развиваются мышцы ног, живота и всего туловища, укрепляются связки и суставы нижних конечностей.

Подвижные игры. Содержание подвижных игр составляют разнообразные виды движений: бег, прыжки, метания, лазание и т. п. Структуру игры и взаимоотношения играющих определяют и регулируют правила. Важнейшей чертой подвижных игр является комплексный характер их взаимодействий на моторную и психическую сферу детей, на функции организма, на проявление двигательных, волевых, интеллектуальных и моральных качеств.













Физическое воспитание дошкольников

Дни здоровья

- развитие основных движений и физических качеств;
- закрепление знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения;
- создание условий для самостоятельной деятельности детей, отдыха и получения новых впечатлений.

Спортивные праздники, физкультурные досуги. Создание у детей жизнерадостного настроения, демонстрация детьми успехов, достигнутых в овладении физическими упражнениями, играми, состязание в сноровке, силе, выдумке, ориентировке в неожиданной ситуации.



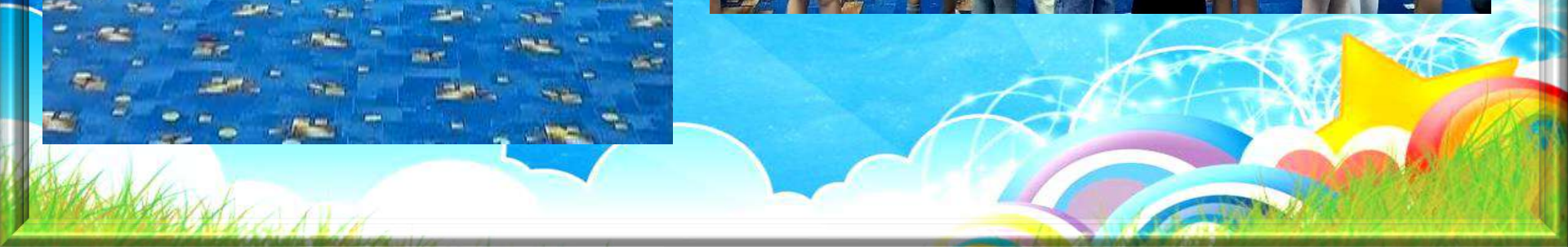












ВФСК ГТО



Обладатели знаков отличия ГТО



Физическое воспитание дошкольников

Работа с родителями

В детском саду могут оказать большую помощь родителям в приобретении знаний о физическом воспитании детей: организуются уголки для родителей, проводятся консультации, беседы, открытые занятия, совместные мероприятия.



Достижения

ДИПЛОМ

настоящим подтверждается, что

Мещерякова Марина Васильевна

Организаторы: АНО «Агентство поддержки государственных инициатив» и сетевое издание «Единый УРОК» в рамках деятельности Федеральной министерской площадки в соответствии с инициативой Минпросвещения России и в рамках деятельности Федерального проекта «Образование» национального проекта «Образование» в 2023 году.

Приняла участие в интерактивном семинаре «Обогащение словарного запаса и развитие любознательности детей: профилактика любогобоного вета и омирения детей», проведенного в 2023 году.

Главный редактор сетевого издания «ЕдиныйУрок.РФ», Председатель правления АНО «АПТИ» Арбузова С.А.



064-2627007

 **ЕДИННЫЙ УРОК**
национальная образовательная платформа



Федеральный образовательный проект «Солнечный свет» реализуется на образовательной образовательной деятельности «УРОК» в соответствии с приказом МОН РФ от 09.07.2023 № 101/03-2023-001

ДИПЛОМ

Награждается

Зинченко Ксения

МБДОУ 43
г. Шахты

УЧАСТНИК

Международной интернет-олимпиады «Солнечный свет»

по филологии: «Фонетика и Орфография»

Руководитель: Мещерякова Марина Васильевна
Номер документа: Д\05852503



25 марта 2024 г.
Приказатель, организатора
Ирина Насенина

БЛАГОДАРНОСТЬ

Мещерякова Марина Васильевна

Семинар организован Государственной инспекцией безопасности дорожного движения Министерства внутренних дел Российской Федерации и АНО «Агентство поддержки государственных инициатив» при поддержке Минпросвещения России и Минобрнауки России в 2024 году

Номер: 736-2627007
Дата выдачи: 26.02.2024

приняла участие в образовательном семинаре «Дорога в культуру» на каждом уроке.

Председатель правления АНО «Агентство поддержки государственных инициатив»

Ирина Насенина С.А.




 **ЕДИННЫЙ УРОК**
национальная образовательная платформа

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре,

МБОУ г. Ижевск Республики Удмуртия "Детский сад № 43"

опубликовала(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта «Инфоурок».

Судящий спортивного развлеченья на 23 февраля для детей 2 младшей группы Тема: "Будущие защитники отечества" Тема: "Мы защитники страны"

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/publikatsiya-metodicheskoy-razrabotki-na-23-fevralya-dlya-detei-2-molodshoy-gruppy-dlya-voynskoy-temy-1046945.html>

Данная методическая разработка опубликована на сайте infourok.ru, в связи с чем автор несет ответственность за качество информации, содержащейся в материале, а также за достоверность данных, содержащихся в нем, и несет ответственность за любые изменения и дополнения.



И. В. Жаборовский
Руководитель
МБОУ г. Ижевск «Инфоурок»



Свидетельство о публикации
информации о работе
автора(авторов) на сайте
infourok.ru

ИЖЕВСК
2024

27.02.2024
1046945.html

infourok.ru

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре,

МБОУ г. Ижевск Республики Удмуртия "Детский сад № 43"

опубликовала(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта «Инфоурок».

Судящий спортивного дресса для детей старших и подготовительных к школе групп Тема: «Война и забавы»

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/publikatsiya-metodicheskoy-razrabotki-dlya-detei-staryih-i-podgotovitelnykh-k-shkole-grupp-temy-1046945.html>

Данная методическая разработка опубликована на сайте infourok.ru, в связи с чем автор несет ответственность за качество информации, содержащейся в материале, а также за достоверность данных, содержащихся в нем, и несет ответственность за любые изменения и дополнения.



И. В. Жаборовский
Руководитель
МБОУ г. Ижевск «Инфоурок»



Свидетельство о публикации
информации о работе
автора(авторов) на сайте
infourok.ru

ИЖЕВСК
2024

27.02.2024
1046945.html

infourok.ru

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре,

МБОУ г. Ижевск Республики Удмуртия "Детский сад № 43"

опубликовала(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта «Инфоурок».

Судящий спортивного развлечения для детей старших и подготовительных групп: «Ай, да молодецкая»

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/publikatsiya-metodicheskoy-razrabotki-dlya-detei-staryih-i-podgotovitelnykh-k-shkole-grupp-temy-1046945.html>

Данная методическая разработка опубликована на сайте infourok.ru, в связи с чем автор несет ответственность за качество информации, содержащейся в материале, а также за достоверность данных, содержащихся в нем, и несет ответственность за любые изменения и дополнения.



И. В. Жаборовский
Руководитель
МБОУ г. Ижевск «Инфоурок»



Свидетельство о публикации
информации о работе
автора(авторов) на сайте
infourok.ru

ИЖЕВСК
2024

03.03.2024
1046945.html

infourok.ru

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре,

МБОУ г. Ижевск Республики Удмуртия "Детский сад № 43"

опубликовала(а) на сайте infourok.ru методическую разработку, которая успешно прошла проверку и получила высокую оценку от эксперта «Инфоурок».

Судящий спортивного развлечения на 23 февраля для детей подготовительных к школе групп Тема: «Мы защитники страны»

Web-адрес публикации:

<https://infourok.ru/publikatsiya-metodicheskoy-razrabotki-na-23-fevralya-dlya-detei-podgotovitelnykh-k-shkole-grupp-temy-1046945.html>

Данная методическая разработка опубликована на сайте infourok.ru, в связи с чем автор несет ответственность за качество информации, содержащейся в материале, а также за достоверность данных, содержащихся в нем, и несет ответственность за любые изменения и дополнения.



И. В. Жаборовский
Руководитель
МБОУ г. Ижевск «Инфоурок»



Свидетельство о публикации
информации о работе
автора(авторов) на сайте
infourok.ru

ИЖЕВСК
2024

27.02.2024
1046945.html

infourok.ru

Сертификат

подтверждает, что

Мещерякова Марина Васильевна

участник вебинара: «Дыхательные упражнения как здоровьесбережение детей дошкольного возраста», г. Северск 21.01.2026

Директор
ГАОУ ДПО «Корпоративный
университет»



О.А. Айгунова

Москва



ПРОЕКТ «ВЗАИМООБУЧЕНИЕ ГОРОДОВ»



Сертификат

подтверждает, что

Мещерякова Марина Васильевна

участник вебинара: «Использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий в условиях реализации модели "Школа здоровья"», г. Тамбов 26.02.2026

Директор
ГАОУ ДПО «Корпоративный
университет»



О.А. Айгунова

Москва



ПРОЕКТ «ВЗАИМООБУЧЕНИЕ ГОРОДОВ»



Сертификат

настоящим удостоверяется, что

Мещерякова Марина Васильевна

принял(а) участие в семинаре по теме:
«Современные педагогические технологии в обучении и воспитании детей с ОВЗ (СДВГ и РАС) в ДОУ»

Форма обучения: очно-заочная

количество часов 16



Автор методик
по Семейному воспитанию

Н.М. Метенова Н.М. Метенова

« 7 » февраля 2026 г.

PRODLLENKA
Образовательный портал

Сертификат

Настоящим подтверждается, что

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре

МБДОУ 43

принимал(а) участие в вебинаре:

«Организация работы инструктора по физической культуре в ДОУ»

Продолжительность 4 ак. часа

Дата выдачи 09 марта 2024 года

Номер документа: ЭП №364747

Главный редактор
Филиппова Т.В.



Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 1283 от 21.01.15
Серия 78/Л 02 №0000195 и Свидетельство о регистрации СМИ в сфере образования,
ЭП № ФС 77 – 58841

г. Санкт-Петербург

PRODLLENKA
Образовательный портал

Сертификат

Настоящим подтверждается, что

Мещерякова Марина Васильевна

Инструктор по физической культуре

МБДОУ 43

принимал(а) участие в вебинаре:

«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»

Продолжительность 4 ак. часа

Дата выдачи 06 марта 2024 года

Номер документа: ЭП №364591

Главный редактор
Филиппова Т.В.



Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 1283 от 21.01.15
Серия 78/Л 02 №0000195 и Свидетельство о регистрации СМИ в сфере образования,
ЭП № ФС 77 – 58841

г. Санкт-Петербург

Распространение опыта в педагогических Интернет-сообществах:

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_550

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_408

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_305&z=video-217302649_456239076 Утренняя гимнастика- это важно.

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_537

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_371 Игры на свежем воздухе

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_523

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_520

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_519

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_512 Отчет о реализации проектов ЛОК (Летней Оздоровительной Компании)

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_449 Сдача нормативов ГТО

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_438 Игра «Зарница»

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_311

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_305

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_305&z=video-217302649_456239070%2Fa84f37bd8fc111a79e%2Fpl_post_-217302649_305 https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_304

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_304

https://vk.com/mdoushakhty43?w=wall-217302649_298

https://vk.com/mdoushakhty43?z=photo-217302649_457239799%2Fwall-217302649_295 Спортивные праздники, развлечения.

Распространение опыта в педагогических Интернет-сообществах:

Публикации:

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-razvlecheniya-puteshestvie-v-stranu-zdorovya-7104130.html>

<https://infourok.ru/scenarij-fizkulturnogo-dosuga-dlya-srednej-gruppy-nashi-druzya-pticy-7075908.html>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-razvlecheniya-2-mladshaya-gruppa-vesennie-luchiki-7066912.html>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-razvlecheniya-dlya-detej-starshih-i-podgotovitelnyh-grupp-aj-da-maslenica-7058435.html>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-razvlecheniya-na-23-fevralya-dlya-detej-2-mladshej-gruppy-tema-budushie-zashitniki-otechestva-tema-my-zashi-7050941.html>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-dosuga-dlya-detej-starshih-i-podgotovitelnyh-k-shkole-grupp-tema-zimnie-zabavy-7050919.html>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-razvlecheniya-na-23-fevralya-dlya-detej-podgotovitelnyh-k-shkole-grupp-tema-my-zashitniki-strany-7043528.html>