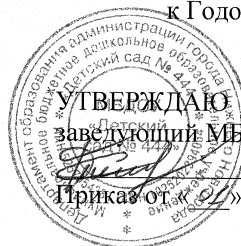


Приложение № 10  
к Годовому плану работы Учреждения  
на 2022-2023 учебный год



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 444»

С.С.Погосова

Приказ от \_\_\_\_\_ 2022 года № 1-01

**Режим двигательной активности  
МБДОУ «Детский сад № 444»  
на осенне-зимний период 2022-2023 учебного года**

Мероприятие	Группа	Время проведения	Продолжительность мероприятия	Место проведения	
Утренняя гимнастика	II группа раннего возраста № 1	Ежедневно 7.45	3-5 минут	Группа	
	I мл. группа № 2	7.50	3-5 минут	Группа	
	I мл. группа № 3	7.50	3-5 минут	Группа	
	II мл. группа № 4	8.00	5 минут	Группа	
	ср. группа № 10	7.50	5-7 минут	Муз. зал	
	ср. группа № 11	7.50	5-7 минут	Муз. зал	
	ст. группа № 8	8.00	9-10 минут	Физк. зал	
	ст. группа № 12	8.00	9-10 минут	Физк. зал	
	подг. группа № 6	8.15	10 минут	Физк. зал	
	подг. группа № 7	8.15	10 минут	Физк. Зал	
	подг. группа № 9		10 минут	Физк. зал	
Занятия физической культурой	II группа раннего возраста № 1	вторник	8.50	10 минут	Группа
		пятница	8.50	10 минут	
	I мл. группа № 2	вторник	8.50	10 минут	Группа
		пятница	8.50	10 минут	
	I мл. группа № 3	вторник	8.50	10 минут	Группа
		четверг	8.50	10 минут	
	II мл. группа № 4	вторник	9.30	15 минут	Группа
		пятница	9.00	15 минут	
	ср. группа № 10	понедельник	10.20	20 минут	Физкультурный зал
		четверг	9.00	20 минут	
	ср. группа № 11	понедельник	10.50	20 минут	Физкультурный зал
		четверг	9.30	20 минут	
	ст. группа № 8	среда	9.00	25 минут	Физкультурная площадка /
		пятница	10.30	25 минут	

	ст. группа № 12	вторник пятница	9.00 10.20	25 минут 25 минут	Физкультурный зал
	подг. группа № 6	понедельник среда	9.00 10.50	30 минут 30 минут	
	подг. группа № 7	понедельник вторник	11.30 10.20	30 минут 30 минут	
	подг. группа № 9	четверг пятница	10.20 9.50	30 минут 30 минут	
Плавание в бассейне	II группа раннего возраста № 1	-			Бассейн
	I мл. группа № 2	-			
	I мл. группа № 3	-			
	II мл. группа № 4	Среда	9.00	15 минут	
	ср. группа № 10	Среда	9.50	20 минут	
	ср. группа № 11	Среда	11.00	20 минут	
	ст. группа № 8	Понедельник	10.00	25 минут	
	ст. группа № 12	Понедельник	10.00	25 минут	
	подг. группа № 6	Четверг	11.10	30 минут	
	подг. группа № 7	Четверг	9.50	30 минут	
	подг. группа № 9	Понедельник	11.10	30 минут	
Музыкальная деятельность	II группа раннего возраста № 1	понедельник четверг	8.50 8.50	10 минут 10 минут	Группа
	I мл. группа № 2	понедельник четверг	9.10 9.10	15 минут 15 минут	Группа
	I мл. группа № 3	понедельник четверг	9.30 9.30	15 минут 15 минут	Группа
	II мл. группа № 4	понедельник четверг	9.50 9.50	20 минут 20 минут	Музыкальный зал
	ср. группа № 10	вторник пятница	9.00 9.00	20 минут 20 минут	Музыкальный зал
	ср. группа № 11	вторник пятница	9.30 9.30	25 минут 25 минут	Музыкальный зал

	ст. группа № 8	понедельник 10.00 пятница 9.00	25 минут 25 минут	Музыкальный зал
	ст. группа № 12	вторник 10.35 пятница 9.35	25 минут 25 минут	Музыкальный зал
	подг. группа № 6	среда 10.00 пятница 10.10	30 минут 30 минут	Музыкальный зал
	подг. группа № 7	среда 10.40 пятница 10.50	30 минут 30 минут	Музыкальный зал
	подг. группа № 9	среда 11.20 пятница 11.40	30 минут 30 минут	Музыкальный зал
Динамические паузы (физкульт-минутки)	Пгруппа реннего возраста I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно во время и после деятельности малой подвижности	2 минуты 2 минуты 2 минуты 3 минуты 5 минут 5-7 минут 7 минут	Группа
Подвижные игры средней и малой подвижности	I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно в утреннее и вечернее время	5 минут 5-7 минут 7 минут 10 минут 15 минут	Группа / Улица
Нетрадиционные формы работы с детьми /профилактика отклонений в здоровье/: - упражнения для профилактики плоскостопия и укрепления осанки - упражнения для глаз - дыхательные упражнения - артикуляционная гимнастика - пальчиковая гимнастика - психогимнастика - релаксационные упражнения	I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно в утреннее и вечернее время 2-3 вида гимнастики	5 минут 5-7 минут 7-10 минут 10 минут 15 минут	Группа
Подвижные игры на прогулке	I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно	5 минут 5-7 минут 7 минут 10 минут 10 минут	Улица / веранда
Индивидуальная	I мл. группа	Ежедневно	5 минут	Улица / веранда

работа по физическому развитию на прогулке	II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	во время дневной прогулки	5-10 минут 10 минут 15 минут 15 минут	
Гимнастика после сна	I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно 15.15 15.15 15.00 15.00 15.10	3-5 минут 5 минут 5-7 минут 8-10 минут 10-15 минут	Группа
Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Ежедневно в течение дня		Улица / веранда / группа
Спортивные игры и спортивные упражнения согласно сезона	I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группы подг. группа	1 раз в неделю Вторник 16.10 среда 16.25 четверг 16.25 среда 16.35 пятница 16.40	10 минут 20 минут 25 минут 30 минут 30 минут	Улица / веранда / группа
Физкультурные досуги	II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	1 раз в квартал 1 раз в квартал 1 раз в месяц 1 раз в месяц	20 минут 25 минут 30 минут 40 минут	Улица / Физкультурный зал
Физкультурные праздники	ср. группа ст. группа подг. группа	2 раза в год	50 минут 60 минут 75 минут	Улица / Физкультурный зал
День здоровья	Все группы	2 раза в год		Улица
Неделя здоровья (каникулы)	со II младшей группы	4 раза в год – октябрь, декабрь, март, апрель – в период проведения тематических музыкальных утренников		
Целевая прогулка	ст. группа подг. группа	1 раз в квартал		Улица
Физкультурно-оздоровительные мероприятия по интересам и по состоянию здоровья /в соответствии с расписанием занятий/:		По расписанию		Физкультурный зал / Музыкальный зал / Медицинский кабинет
* платные услуги:				

- секция «Школа мяча»	ст. группы	2 раза в неделю	25 минут	
- секция «Ловкий мяч»	ср. группы	2 раза в неделю	20 минут	
- секция «Фигурное плавание»	II мл. группы	1 раз в неделю	15 минут	
	ср. группы	2 раза в неделю	20 минут	
	ст. группы	2 раза в неделю	25 минут	
	подг. группы	2 раза в неделю	30 минут	
- кружок «Крепышок»	ст. группы	2 раза в неделю	25 минут	
	подг. группы	2 раза в неделю	30 минут	
- кружок «Искорка»	ст. группы	2 раза в неделю	25 минут	
	подг. группы	2 раза в неделю	30 минут	