



УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ «Детский сад № 444»

С.С.Погосова/
Приказ № 105-од от «08» 05 2024 года

**Режим двигательной активности
на летний оздоровительный период 2024 года**

Мероприятие	Группа	Время проведения	Продолжительность мероприятия	Место проведения	
Утренняя гимнастика	II группа раннего возраста № 2	Ежедневно 7.45	3-5 минут	Улица / Веранда	
	I мл. группа № 1	7.50	5 минут		
	I мл. группа № 3	7.50	5 минут		
	II мл. группа № 4	8.00	5-7 минут		
	II мл. группа № 9	8.00	5-7 минут		
	ср. группа № 6	8.10	7-9 минут		
	ст. группа № 10	8.10	9-10 минут		
	подг. группа № 8	8.15	10-12 минут		
	подг. группа № 12	8.15	10-12 минут		
Физкультурно-оздоровительная деятельность	II группа раннего возраста № 2	вторник 9.00 четверг 9.00	10 минут 10 минут	Физкультурная площадка / Веранда / Участок для прогулок	
	I мл. группа № 1	понедельник 9.00 среда 9.00	10 минут 10 минут		
		I мл. группа № 3	вторник 9.00 четверг 9.00		10 минут 10 минут
	II мл. группа № 4		понедельник 9.15 среда 9.15 четверг 9.15		15 минут 15 минут 15 минут
		II мл. группа № 9	понедельник 9.15 среда 9.15 четверг 9.15		15 минут 15 минут 15 минут
			ср. группа № 6		вторник 9.30 среда 9.30 пятница 9.30
	ст. группа № 10				среда 10.10 четверг 10.10 пятница 10.10
		подг. группа № 8			вторник 11.30 четверг 11.30 пятница 11.30
			подг. группа № 12		понедельник 11.30 среда 11.30 четверг 11.30

Музыкально-театрализованная деятельность	II группа раннего возраста № 2	Среда 9.00 пятница 9.00	10 минут 10 минут	Улица / Веранда
	I мл. группа № 1	вторник 9.00 четверг 9.00	10 минут 10 минут	
	I мл. группа № 3	понедельник 9.00 четверг 9.00	10 минут 10 минут	
	II мл. группа № 4	вторник 9.15 пятница 9.15	15 минут 15 минут	
	II мл. группа № 9	вторник 9.15 пятница 9.15	15 минут 15 минут	
	ср. группа № 6	понедельник 9.30 четверг 9.30	20 минут 20 минут	
	ст. группа № 10	понедельник 10.10 среда 10.10	25 минут 25 минут	
	подг. группа № 8	среда 11.30 понедельник 11.30	30 минут 30 минут	
	подг. группа № 12	вторник 11.30 пятница 11.30	30 минут 30 минут	
Динамические паузы (физкульт-минутки)	II гр раннего возр. I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно во время и после деятельности малой подвижности	2 минуты 2 минуты 3 минуты 5 минут 5-7 минут 7 минут	Группа
Подвижные игры средней и малой подвижности	II гр раннего возр. I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно в утреннее и вечернее время	3 минуты 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	II гр раннего возр. I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно в утреннее и вечернее время 2-3 вида гимнастики	3 минуты 5 минут 5-7 минут 7-10 минут 10 минут 15 минут	Группа

Подвижные игры на прогулке	II гр раннего возр. 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 работа по физическому развитию на прогулке	II гр раннего возр. I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно во время дневной прогулки	5 минут 5-10 минут 10 минут 15 минут 15 минут	Улица / веранда
Гимнастика после сна	II гр раннего возр I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно 15.15 15.15 15.10 15.00 15.00 15.00	2-3 минуты 3-5 минут 5 минут 5-7 минут 7-10 минут 10 минут	Группа
Самостоятельная двигательная деятельность	Все группы	Ежедневно в течение дня		Улица / веранда / группа
Спортивные игры и спортивные упражнения согласно сезона	II мл. группа ср. группа ст. группы подг. группа	1 раз в неделю	15 минут 20 минут 25 минут 30 минут	Улица / веранда / группа
Физкультурные досуги	II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	1 раз в месяц	15 минут 20 минут 25 минут 30 минут	Улица / Физкультурный зал
Физкультурные праздники	ср. группа ст. группа подг. группа	2 раза в год	40 минут 50 минут 60 минут	Улица / Физкультурный зал
День здоровья	Все группы	1 раз в квартал		Улица
Неделя здоровья (каникулы)	со II младшей группы	4 раза в год – октябрь, декабрь, март, апрель – в период проведения тематических музыкальных утренников		
Целевая прогулка	ср. группа ст. группа подг. группа	1 раз в месяц		Улица