



УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ «Детский сад № 444»

С.С.Погосова

Приказ от «30» 05 2025 года № 124

**Режим двигательной активности МБДОУ «Детский сад № 444»
на летний период 2024-2025 учебного года**

Мероприятие	Группа	Время проведения	Продолжить мероприятия	Место проведения
Утренняя гимнастика	II группа раннего возраста	Ежедневно 7.45	3-5 минут	Улица/веранда
	I мл. группа	7.45	5 минут	
	II мл. группа	7.50	5-7 минут	
	ср. группа	8.00	7-9 минут	
	ст. группа	8.10	9-10 минут	
	подг. группа	8.15	10-12 минут	
Физкультурно-оздоровительная деятельность	II группа раннего возраста	2 раза в неделю во всех возрастных группах согласно расписанию ОСД	10 минут	Физк. площадка / Веранда/участок для прогулок
	I мл. группа		10 минут	
	II мл. группа		15 минут	
	ср. группа		20 минут	
	ст. группа		25 минут	
	подг. группа		30 минут	
Музыкально-театрализованная деятельность	II группа раннего возраста	2 раза в неделю во всех возрастных группах согласно расписанию ООД	10 минут	Улица / веранда / музыкальная площадка
	I мл. группа		10 минут	
	II мл. группа		10 минут	
	ср. группа		10 минут	
	ст. группа		15 минут	
	подг. группа		15 минут	
			20 минут	
			25 минут	
			25 минут	
			30 минут	
	30 минут			
Динамические паузы (физкульт-минутки)	II группа раннего возраста	Ежедневно во время и после деятельности малой подвижности	2 минуты	Группа
	I мл. группа		2 минуты	
	II мл. группа		2 минуты	
	ср. группа		3 минуты	
	ст. группа		5 минут	
	подг. группа		5-7 минут	
Подвижные игры средней и малой подвижности	II группа раннего возраста	Ежедневно в утреннее и вечернее время	7 минут	Улица / веранда / группа
	I мл. группа		5 минут	
	II мл. группа		5-7 минут	
	ср. группа		7 минут	
	ст. группа		10 минут	
	подг. группа		15 минут	

Оздоровительные гимнастики: - упражнения для профилактики плоскостопия и укрепления осанки - упражнения для глаз - дыхательные упражнения - артикуляционная гимнастика - пальчиковая гимнастика - релаксационные упражнения	II группа раннего возраста 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	Улица / веранда / группа
Подвижные игры на прогулке	II группа раннего возраста 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 группа раннего возраста 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 группа раннего возраста I мл. группа II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	Ежедневно	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	II мл. группа ср. группа ст. группы подг. группа	1 раз в неделю	10 минут 15 минут 20 минут 25 минут 30 минут	Улица / веранда
Физкультурные досуги	II мл. группа ср. группа ст. группа подг. группа	1 раз в месяц	20 минут 25 минут 30 минут 40 минут	Улица
Физкультурные праздники	ср. группа ст. группа подг. группа	июль	50 минут 60 минут 75 минут	Улица
Целевая прогулка	ср. группа ст. группа подг. группа	1 раз в месяц		Улица