приказом директора МБОУ «Начальная школа — детский сад № 1» г. Воркуты от 14.05.2024 года № 330/01-12

# РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024 ГОДА

#### МЛАДШЕЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ № 1

(возраст детей от 1 года до 3 лет)

Дни недели	Поне-	Втор-	Среда	Чет-	Пятни-	Примечание		
Формы работы	дельник	ник	- I - /	верг	ца	r		
Первая половина дня								
Прием детей, самостоятельная двигательная активность	40	40	40	40	40	На свежем воздухе, если нет дождя		
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	На свежем воздухе в теплую погоду		
Игры, самостоятельная деятельность детей	10	10	10	10	10	- company control of the control of		
Физическое развитие		15		15	15	На свежем воздухе в теплую погоду		
Музыка	15		15			На свежем воздухе в теплую погоду		
Подвижные игры, самостоятельная деятельность	55	65	65	65	65	На свежем воздухе в теплую погоду		
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки)	10	10	10	10	10			
Игры разной подвижности	50	50	50	50	50	На свежем воздухе в теплую погоду		
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, пальчиковая)	10	10	10	10	10			
	Вт	орая полов	вина дня					
Гимнастика после сна с элементами коррекции	5	5	5	5	5			
Закаливающие мероприятия	15	15	15	15	15			
Подвижные игры, трудовая деятельность	50	50	50	50	50	На свежем воздухе в теплую погоду		
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки, пальчиковая)	10	10	10	10	10			
Подвижные игры, самостоятельная деятельность детей	45	45	45	45	45			
Индивидуальная работа по освоению основных видов движений	8	8	8	8	8	Ежедневно во время вечерней прогулки		
Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	40	40	40	40	40	Ежедневно во время вечерней прогулки		
Итого:	6 ч. 10 мин	6 ч. 10 мин	6 ч. 10мин	6 ч. 10мин	6 ч. 10мин			
Физкультурный досуг	1 раз в месяц							

приказом директора МБОУ «Начальная школа — детский сад № 1» г. Воркуты от 14.05.2024 года № 330/01-12

### РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024 ГОДА

## МЛАДШЕЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ № 2

(возраст детей от 3 до 5 лет)

Дни недели	Поне-	Втор-	Среда	Чет-	Пятни-	Примечание		
Формы работы	дельник	ник	1	верг	ца	1		
Первая половина дня								
Прием детей, самостоятельная	40	40	40	40	40	На свежем воздухе,		
двигательная активность						если нет дождя		
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	На свежем воздухе в		
_						теплую погоду		
Игры, самостоятельная	10	10	10	10	10			
деятельность детей								
Физическое развитие		15		15	15	На свежем воздухе в		
						теплую погоду		
Музыка	15		15			На свежем воздухе в		
						теплую погоду		
Подвижные игры,	55	65	65	65	65	На свежем воздухе в		
самостоятельная деятельность						теплую погоду		
Профилактические гимнастики	10	10	10	10	10			
(зрительная, дыхательная,								
упражнения для осанки)								
Игры разной подвижности	50	50	50	50	50	На свежем воздухе в		
						теплую погоду		
Профилактические гимнастики	10	10	10	10	10			
(зрительная, дыхательная,								
пальчиковая)								
7	BT	орая полов				T		
Гимнастика после сна с	5	5	5	5	5			
элементами коррекции	1.7	1.5	1.5	1.5	1.5			
Закаливающие мероприятия	15	15	15	15	15	**		
Подвижные игры, трудовая	50	50	50	50	50	На свежем воздухе в		
деятельность	10	1.0	10	10	1.0	теплую погоду		
Профилактические гимнастики	10	10	10	10	10			
(зрительная, дыхательная,								
упражнения для осанки,								
пальчиковая)	45	45	45	45	45			
Подвижные игры,	43	43	43	43	43			
самостоятельная деятельность детей								
* *	8	8	8	8	8	Емениорио во вроия		
Индивидуальная работа по освоению основных видов	0	0	0	0	o	Ежедневно во время вечерней прогулки		
движений						вечерней прогулки		
Самостоятельная двигательная	40	40	40	40	40	Ежедневно во время		
деятельность детей на прогулке	40	+0	40	40	+0	вечерней прогулки		
Итого:	6 ч.	6 ч.	6 ч.	6 ч.	6 ч.	be reprien upor yakn		
111010.	10 мин	10 мин	10мин	10мин	0 ч. 10мин			
Физкультурный досуг	1 раз в месяц							
жизкультурный досуг	1 раз в месяц							

приказом директора МБОУ «Начальная школа – детский сад № 1» г. Воркуты от 14.05.2024 года № 330/01-12

## РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024 ГОДА

#### СТАРШЕЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ

(возраст детей от 4 до 6 лет)

Дни недели	Понеде	Втор-	Среда	чет-	Пятни-	Примечание
Формы работы	льник	ник		верг	ца	
		рвая полов	вина дня		_	
Прием детей, самостоятельная двигательная активность	40	40	40	40	40	На свежем воздухе, если нет дождя
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	На свежем воздухе в теплую погоду
Игры, самостоятельная деятельность детей	10	10	10	10	10	В тепатуте погоду
Физическое развитие	25		25		25	На свежем воздухе в теплую погоду
Музыка		25		25		На свежем воздухе в теплую погоду
Подвижные игры, самостоятельная деятельность	30	30	30	30	30	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки)	10	10	10	10	10	
Игры разной подвижности	80	80	80	80	80	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная,пальчиковая)	10	10	10	10	10	
дылательная,пальчиковая)	Bro	орая полон	ина пна			
Гимнастика после сна с	10	10	10	10	10	
элементами коррекции	10	10	10	10	10	
Закаливающие мероприятия	20	20	20	20	20	
Подвижные игры, трудовая деятельность	70	70	70	70	70	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки, пальчиковая)	10	10	10	10	10	
Подвижные игры, самостоятельная деятельность детей	35	30	30	30	30	
Индивидуальная работа по освоению основных видов движений	10	10	10	10	10	Ежедневно во время вечерней прогулки
Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	40	40	40	40	40	Ежедневно во время вечерней прогулки
Итого:	6 ч. 50 мин.	6 ч. 50 мин.	6 ч. 50мин	6 ч. 50 мин	6 ч. 50 мин	
Физкультурный досуг	1 раз в месяц					
Экскурсии	1 раз в неделю					
Спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон)	1 раз в неделю					

приказом директора МБОУ «Начальная школа – детский сад № 1» г. Воркуты от 14.05.2024 года № 330/01-12

# РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024 ГОДА ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

(возраст детей от 6 до 7 лет)

Дни недели	Понеде	Втор-	Среда	чет-	Пятни-	Примечание
Формы работы	льник	ник		верг	ца	
		рвая полов	вина дня			
Прием детей, самостоятельная двигательная активность	40	40	40	40	40	На свежем воздухе, если нет дождя
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	На свежем воздухе в теплую погоду
Игры, самостоятельная деятельность детей	10	10	10	10	10	
Физическое развитие	25		25		25	На свежем воздухе в теплую погоду
Музыка		25		25		На свежем воздухе в теплую погоду
Подвижные игры, самостоятельная деятельность	30	30	30	30	30	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки)	10	10	10	10	10	
Игры разной подвижности	80	80	80	80	80	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная,пальчиковая)	10	10	10	10	10	
Aprilar William Array III. (Company)	Вто	орая полов	вина дня		1	
Гимнастика после сна с элементами коррекции	10	10	10	10	10	
Закаливающие мероприятия	20	20	20	20	20	
Подвижные игры, трудовая деятельность	70	70	70	70	70	На свежем воздухе в теплую погоду
Профилактические гимнастики (зрительная, дыхательная, упражнения для осанки, пальчиковая)	10	10	10	10	10	, , ,
Подвижные игры, самостоятельная деятельность детей	35	30	30	30	30	
Индивидуальная работа по освоению основных видов движений	10	10	10	10	10	Ежедневно во время вечерней прогулки
Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке	40	40	40	40	40	Ежедневно во время вечерней прогулки
Итого:	6 ч. 50 мин.	6 ч. 50 мин.	6 ч. 50мин	6 ч. 50 мин	6 ч. 50 мин	
Физкультурный досуг				1 раз в ме		
Экскурсии	1 раз в неделю					
Спортивные игры (баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон)	1 раз в неделю					