

УТВЕРЖДЕН

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- дельник	Втор- ник	Среда	Чет- верг	Пятни- ца	Примечание
Формы работы						
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	
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	
Вторая половина 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					

УТВЕРЖДЕН

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- дельник	Втор- ник	Среда	Чет- верг	Пятни- ца	Примечание
Формы работы						
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	
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	
Вторая половина 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					

УТВЕРЖДЕН

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	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Примечание
Формы работы						
Первая половина 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	
Вторая половина дня						
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. 50 мин.	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					

УТВЕРЖДЕН

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	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Примечание
Формы работы						
Первая половина 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	
Вторая половина дня						
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. 50 мин.	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					