

Утверждены приказом
заведующего МБДОУ «Детский сад
№ 37» г. Воркуты
№ 135 от 30 мая 2025 г.

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
на летний период (июнь, июль, август) в младшей разновозрастной группе (1 -3 лет)**

№	Мероприятия	Периодичность
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 10-12 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-7 мин.
3	Физкультминутки	По необходимости на занятиях 2-3 мин.
4	Релаксация	По необходимости в течение дня 3-5 мин.
5	Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 5-7мин.
6	Физкультурные занятия	3 раза в неделю 10-12 мин.
7	Подвижные игры	Ежедневно в помещении и на прогулке 15- 20 мин.
8	Игровые упражнения	Ежедневно. Длительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей
9	Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.	Ежедневно 5 мин.
10	Закаливающие мероприятия: -Воздушные ванны с упражнениями; умывание прохладной водой; дорожка бодрости.	Ежедневно с учетом состояния здоровья детей
11	Физические упражнения и игровые задания; -Игры с элементами логоритмики -Артикуляционная гимнастика -Пальчиковая гимнастика	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.
12	Психогимнастика	По необходимости 3-5 мин.
13	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25 мин.
14	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
15	Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры	Ежедневно после приема пищи
16	Кварцевание группы и спальни	Ежедневно по 30 мин.
17	С – витаминизация третьего блюда	Ежедневно в обед

Утверждены приказом
заведующего МБДОУ «Детский сад
№ 37» г. Воркуты
№ 135 от 30 мая 2025 г.

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
на летний период (июнь, июль, август) в разновозрастной группе (3-5 лет)**

№	Мероприятия	Периодичность
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 10-15 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10- мин.
3	Физкультминутки	По необходимости на занятиях 2-3 мин.
4	Релаксация	По необходимости в течение дня 3-5 мин.
5	Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 10-12 мин.
6	Физкультурные занятия	3 раза в неделю 25-30 мин.
7	Подвижные игры	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.
8	Игровые упражнения	Ежедневно. Длительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей
9	Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, элементы корригирующей гимнастики, гимнастика для глаз.	Ежедневно 7 мин.
10	Закаливающие мероприятия: -Воздушные ванны с упражнениями; умывание прохладной водой; полоскание рта водой комнатной температуры; дорожка бодрости.	Ежедневно с учетом состояния здоровья детей
11	Физические упражнения и игровые задания; -Игры с элементами логоритмики -Артикуляционная гимнастика -Пальчиковая гимнастика	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.
12	Психогимнастика	По необходимости 8-10 мин.
13	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 50-60 мин.
14	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
15	Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры	Ежедневно после приема пищи
16	Кварцевание группы и спальни	Ежедневно по 30 мин.
17	С – витаминизация третьего блюда	Ежедневно в обед

Утверждены приказом

заведующего МБДОУ «Детский сад
№ 37» г. Воркуты
№ 135 от 30 мая 2025 г.

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
на летний период (июнь, июль, август) в разновозрастной группе (5 - 8 лет)**

№	Мероприятия	Периодичность
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 10-15 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 мин.
3	Физкультминутки	По необходимости на занятиях 2-3 мин.
4	Релаксация	По необходимости в течение дня 3-5 мин.
5	Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 10-12 мин.
6	Физкультурные занятия	3 раза в неделю 25-30 мин.
7	Подвижные игры	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.
8	Игровые упражнения	Ежедневно. Длительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей
9	Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, элементы корригирующей гимнастики, гимнастика для глаз.	Ежедневно 7 мин.
10	Закаливающие мероприятия: -Воздушные ванны с упражнениями; умывание прохладной водой; полоскание рта водой комнатной температуры; дорожка бодрости.	Ежедневно с учетом состояния здоровья детей
11	Физические упражнения и игровые задания; -Игры с элементами логоритмики -Артикуляционная гимнастика -Пальчиковая гимнастика	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.
12	Психогимнастика	По необходимости 8-10 мин.
13	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 50-60 мин.
14	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
15	Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры	Ежедневно после приема пищи
16	Кварцевание группы и спальни	Ежедневно по 30 мин.
17	С – витаминизация третьего блюда	Ежедневно в обед

Утверждены приказом

заведующего МБДОУ «Детский сад
№ 37» г. Воркуты
№ 135 от 30 мая 2025 г.

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня
на летний период (июнь, июль, август) в разновозрастной группе (3-8 лет)**

№	Мероприятия	Периодичность
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 10-15 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 мин.
3	Физкультминутки	По необходимости на занятиях 2-3 мин.
4	Релаксация	По необходимости в течение дня 3-5 мин.
5	Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 10-12 мин.
6	Физкультурные занятия	3 раза в неделю по 20 мин.
7	Подвижные игры	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.
8	Игровые упражнения	Ежедневно. Длительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей
9	Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, элементы корригирующей гимнастики, гимнастика для глаз.	Ежедневно 7 мин.
10	Закаливающие мероприятия: -Воздушные ванны с упражнениями; умывание прохладной водой; дорожка бодрости.	Ежедневно с учетом состояния здоровья детей
11	Физические упражнения и игровые задания; -Игры с элементами логоритмики -Артикуляционная гимнастика -Пальчиковая гимнастика	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.
12	Психогимнастика	По необходимости 8-10 мин.
13	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 50-60 мин.
14	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
15	Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры	Ежедневно после приема пищи
16	Кварцевание группы и спальни	Ежедневно по 30 мин.
17	С – витаминизация третьего блюда	Ежедневно в обед

Согласовано: врач педиатр _____