

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

**Модель двигательной активности воспитанников
младшей разновозрастной группы (от 1 года до 3 лет)
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

Первая половина дня

№	Мероприятия	Время	Длительность	Регулярность
1.	Прием детей на улице, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00	60 минут	Ежедневно
2.	Двигательная активность на прогулке (развлечения, подвижные игры)	9.00 – 11.10	130 минут	Ежедневно ¹
3.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	11.25 – 11.30	5 минут	Ежедневно
4.	Целевая прогулка		15 минут	1 раз в неделю
5.	Физкультурный досуг		10 минут	2 раза в месяц

Вторая половина дня

№	Мероприятия	Время	Длительность	Регулярность
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.00 – 15.10	10 минут	Ежедневно
2.	Прогулка (двигательная активность)	15.45 – 16.45	60 минут	Ежедневно
3.	Прогулка (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.30 – 19.00	90 минут	Ежедневно
Динамический час		15 минут	Ежедневно	
Итого: 6 часов 58 минут				

Физкультурное занятие – по расписанию ИОС 3 раза в неделю.
Музыкальное занятие – по расписанию ИОС 2 раза в неделю

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

**Модель двигательной активности воспитанников
разновозрастных дошкольных групп (от 3 до 8 лет)
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)
теплый период
Первая половина дня**

№	Мероприятия	Время	Длительность	Регулярность
1.	Прием детей на улице, игры	7.00 – 8.20	80 минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.00 -8.07 8.00- 8.10 8.15 – 8.25 (по графику групп)	от 7 до 15 минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке (развлечения, подвижные игры)	9.00 – 11.50	160 минут	Ежедневно ²
4.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	12.10 – 12.15	5 минут	Ежедневно
5.	Целевая прогулка		20-25 минут	1 раз в неделю
6.	Физкультурный досуг		20-25 минут	2 раза в месяц

Вторая половина дня

№	Мероприятия	Время	Длительность	Регулярность
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.00 – 15.20	20 минут	Ежедневно
2.	Прогулка (двигательная активность)	15.55 – 17.00	65 минут	Ежедневно
3.	Прогулка (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.30 – 19.00	90 минут	Ежедневно
Динамический час		20 -25 минут (по графику групп)		Ежедневно
Итого: 8 часов 16 минут				

¹ Физкультурное занятие – по расписанию ИОС 3 раза в неделю.
Музыкальное занятие – по расписанию ИОС 2 раза в неделю.