

«Согласовано»:

Врач

Косицкая Е.И.
«31» 05
2023г.



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Свиридова
Е. Н. Богомолова

«31» 05
2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №14 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД /РАННИЙ ВОЗРАСТ/

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 8- 10 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью не более 10 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью не более 5 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1.	Физическое развитие детей	Два раза в неделю, проводятся в первой половине дня. Длительностью не более 10 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
4.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.

«Согласовано»:

Врач

Кочмарова Е.И.

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Соболева
Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №15 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД /РАННИЙ ВОЗРАСТ/

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 8- 10 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью не более 10 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью не более 5 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1.	Физическое развитие детей	Два раза в неделю, проводятся в первой половине дня. Длительностью не более 10 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
4.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.

«Согласовано»:

Врач

Косарева Е.Н.
«31» 05 2023г.



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова
Е. Н. Богомолова



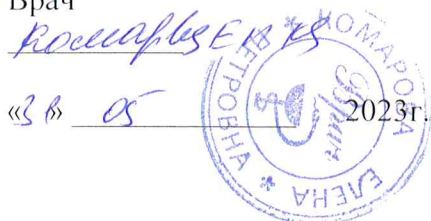
2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №16 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
/младшая группа/

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 10- 15 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью не более 10 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время подъёма детей. Длительность минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1	Физическое развитие детей	Два раза в неделю, проводятся в первой половине дня. Длительностью не более 15 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1	Физкультурный досуг	1 раз в месяц. Длительностью не более 15-20 минут.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.

«Согласовано»:

Врач



«31» 05

2023г.

«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова



«31» 05

2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №20 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
/ Средняя группа /

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 12- 17 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 8-10 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5-7 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 20 минут.
3. Самостоятельная образовательная деятельность		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц. Длительностью не более 20 минут.
4.2	Физкультурно- спортивные праздники	В соответствии с планом работы инструктора по физической культуре.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.

«Согласовано»:

Врач

Космаф.во
«31» 05 2023г.


«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

С.И.Сидор
«31» 05 2023г.

Е. Н. Богомолова

2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №21 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
/ Средняя группа /

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 12- 17 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 8-10 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5-7 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 20 минут.
3. Самостоятельная образовательная деятельность		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц. Длительностью не более 20 минут.
4.2	Физкультурно- спортивные праздники	В соответствии с планом работы инструктора по физической культуре.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.

«Согласовано»:

Врач

Росмарья Е.И. КС

«30» 05



2023г.

«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова

Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ № 17 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
/ Старшая группа /

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 20- 25 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12- 15 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5- 7 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1.	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 25 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1.	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц. Длительностью 30- 40 минут.
4.2.	Физкультурно- спортивные праздники	В соответствии с планом работы инструктора по физической культуре.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.
5.2	Участие родителей в физкультурно- оздоровительной работе	Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья (в случае благоприятной эпидемиологической обстановки в регионе)

«Согласовано»:

Врач


«31» 05 2023г.



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60
Е. Н. Богомолова

«31» 05 2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ № 19 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД / Старшая группа /

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 20- 25 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12- 15 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5- 7 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1.	Физическое развитие детей	Три раза в неделю подгруппами, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительностью не более 25 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1.	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц. Длительностью 30- 40 минут.
4.2.	Физкультурно- спортивные праздники	В соответствии с планом работы инструктора по физической культуре.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1.	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.
5.2	Участие родителей в физкультурно- оздоровительной работе	Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья (в случае благоприятной эпидемиологической обстановки в регионе)

«Согласовано»:

Врач

Космак Е

«26» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Космак

Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ №18 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
/Подготовительная группа/

№	Содержание	Особенности организации
1. Физкультурно- оздоровительная образовательная деятельность		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно, длительностью 10 минут
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учётом уровня ДА детей. Длительностью 25- 30 минут.
1.3	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительностью 12- 15 минут.
1.4	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами.	Ежедневно, во время пробуждения и подъёма детей. Длительностью от 5- 7 минут.
2. Организованная образовательная деятельность		
2.1	Физическое развитие детей	Три раза в неделю, проводятся в первой половине дня. Длительностью не более 30 минут.
3. Самостоятельная двигательная деятельность		
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
4. Физкультурно- массовые мероприятия		
4.1	Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц. Длительностью 30- 40 минут.
4.2	Физкультурно- спортивные праздники	В соответствии с планом работы инструктора по физической культуре.
5. Совместная физкультурно- оздоровительная работа ДОУ и семьи		
5.1	Индивидуальные консультации	Определяются инструктором по физической культуре или воспитателем группы.
5.2	Участие родителей в физкультурно- оздоровительной работе	Во время подготовки и проведения досугов, праздников, недели здоровья (в случае благоприятной эпидемиологической обстановки в регионе)

«Согласовано»:

Врач

Кашарова Е.И. Кр

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (ГРУППА №14) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	10-15
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	65- 70
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	15- 20
Итого за первую половину дня:		100-115
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	4- 5
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	35 - 40
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	5- 10
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	15- 20
Итого за вторую половину дня:		59- 75
Итого за целый день:		159- 190

«Согласовано»:

Врач

Коссоф С. Е.

«31» 05



«Утверждаю»:
Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Богомолова Е. Н.

Е. Н. Богомолова

«31» 05

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА (ГРУППА №15) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	10-15
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	65- 70
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	15- 20
Итого за первую половину дня:		100-115
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	4- 5
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	35 - 40
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	5- 10
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	15- 20
Итого за вторую половину дня:		59- 75
Итого за целый день:		159- 190

«Согласовано»:

Врач

Комарова

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Свиридова
Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА (ГРУППА №16) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	10-15
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	65-70
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	15- 20
Итого за первую половину дня:		100- 115
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5 - 6
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	45- 55
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	7- 10
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	20- 25
Итого за вторую половину дня:		77- 96
Итого за целый день:		177- 211

«Согласовано»:

Врач

Комарова Е.И.
« 31 » 05 2023г.



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова



« 31 » 05

« 31 » 05

2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ВОЗРАСТА (ГРУППА №20) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	12- 17
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	70- 80
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	20- 25
Итого за первую половину дня:		112- 132
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5- 7
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	55- 60
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10- 12
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	25-30
Итого за вторую половину дня:		95- 109
Итого за целый день:		207- 241

«Согласовано»:

Врач

Космарова Е. П.

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦПР-детского сада № 60

Сидорова Е. И. Богомолова

2023г.

«31» 05



**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ
ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ВОЗРАСТА (ГРУППА №21)
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	12- 17
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	70- 80
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	20- 25
Итого за первую половину дня:		112- 132
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5- 7
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	55- 60
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10- 12
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	25-30
Итого за вторую половину дня:		95- 109
Итого за целый день:		207- 241

«Согласовано»:

Врач

Косов С. Е. П. К.

«Зв» 05

2023г.

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова



2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА (ГРУППА №17) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	20- 25
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	80-90
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	30- 35
Итого за первую половину дня:		140- 160
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5- 7
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	65- 70
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	12- 15
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	30- 35
Итого за вторую половину дня:		112- 127
Итого за целый день:		252- 287

«Согласовано»:

Врач

Комарова Е. И. К.

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Е. Н. Богомолова

2023г.



ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ГРУППЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА (ГРУППА №19) НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	20- 25
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	80-90
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	30- 35
Итого за первую половину дня:		140- 160
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5- 7
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	65- 70
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	12- 15
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	30- 35
Итого за вторую половину дня:		112- 127
Итого за целый день:		252- 287

«Согласовано»:

Врач

Космополит Е.И.

«31» 05



«Утверждаю»:

Заведующий ГБДОУ ЦРР-детского сада № 60

Трошма

Е. Н. Богомолова

«31» 05

2023г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ №18 НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

№	Содержание	Продолжительность в минутах
<i>Первая половина дня</i>		
1	Утренняя гимнастика	10
2	Подвижные игры и физические упражнения на улице	25- 30
3	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	90-100
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	30-35
Итого за первую половину дня:		155- 177
<i>Вторая половина дня</i>		
1	Бодрящая гимнастика	5- 7
2	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	65- 70
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	12- 15
4	Самостоятельная двигательная деятельность в помещении	35- 40
Итого за вторую половину дня:		117- 132
Итого за целый день:		272- 309