

Администрация муниципального образования городского округа «Воркута»
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 26 «Маячок» г. Воркуты
(МБДОУ «Детский сад № 26» г. Воркуты)

«Челядьбс 26 №-а видзанін «Маячок» школабдз велёдан муниципальной съёмкуд учреждение Воркута к.

ул. Ленина, д.62«Б» г. Воркута, 169908, Тел.: (82151)6-07-30, e-mail: ds26_vork@edu.rkomi.ru ОГРН 1021100810345, ИНН 1103022664

УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад № 26» г.Воркуты
от 30.05.2024 г. № 130/01-20

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА В ГРУППАХ ДОУ
НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД**

ВИД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ВОЗРАСТНЫЕ ГРУППЫ	ПЕРИОДИЧНОСТЬ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
I. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ*			
Утренняя гимнастика*	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно 5-6 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Физкультминутки*	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида СД (1-2 мин.)	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания СД (2-3 мин.)	Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания СД (2-3 мин.)	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания СД (2-3 мин.)	Воспитатели
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно 2-3 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно 5-7 мин.	Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно 5-7 мин.	Воспитатели

	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно 7-10 мин.	Воспитатели
Подвижные игры: <ul style="list-style-type: none"> • Сюжетные • Бессюжетные • Игры-забавы • Соревнования • Эстафеты • Аттракционы 	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 10-15 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин.	Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 20-25мин.	Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
Игровые упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Зоркий глаз • Прыгуны • Подлезание • Пролезание • Перелезание 	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)		Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)		Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)		Воспитатели
Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> • Игры с элементами логоритмики • Артикуляционная гимнастика • Пальчиковая гимнастика 	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 2-3 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели
Упражнения	Группа раннего возраста (1-3л)	По необходимости в течение дня 1-2 мин.	Воспитатели, психолог
	Младший дошкольный	По необходимости в течение дня 2-3 мин.	Воспитатели

на релаксацию	возраст (3-4 лет)		психолог
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	По необходимости в течение дня 5-7 мин.	Воспитатели, психолог
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	По необходимости в течение дня 5-7 мин.	Воспитатели, психолог
Психогимнастика	Старший дошкольный возраст(5-7 лет)	1 раза в неделю 5-10 мин.	Воспитатели Психолог
II. СОВМЕСТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)*			
Физическая культура: <ul style="list-style-type: none"> • тематические; • сюжетно-игровые; • игровые; • круговая тренировка 	Группа раннего возраста (1-3л)	3 раза в неделю 10 мин.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	3 раза в неделю 15-20 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	3 раза в неделю 15-20 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	3 раза в неделю 25-30 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Музыкально-ритмические движения	Группа раннего возраста (1-3л)	СД по музыке 3-5 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	СД по музыке 8-10 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	СД по музыке 8-10 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	СД по музыке 10-12 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
III. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ*			
Самостоятельная двигательная деятельность*	Группа раннего возраста (1-3л)	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)		Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)		
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)		Воспитатели
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	1 раз в неделю в групповых помещениях и физкультурном зале и на прогулке Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)		
	Старший дошкольный возраст (5-7 лет)		
IV. СОВМЕСТНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ*			
	Группа раннего возраста		

Неделя здоровья	(1-3 лет)	1-2 раза в месяц	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)		
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)		
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)		
Физкультурный досуг	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)	1 раз в месяц 30-40 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)	1 раз в месяц 40-50 мин.	
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)	1 раз в месяц 50-60 мин.	
Игры-соревнования между возрастными группами	Старший дошкольный возраст(5-7 лет)	1-2 раза в год не более 30 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
V. СОТРУДНИЧЕСТВО С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ			
Информационно-просветительская деятельность	Ранний возраст (1-3 лет)	По необходимости. Определяются воспитателем и инструктором по физической культуре в целях совершенствования двигательных умений детей	Воспитатели
	Младший дошкольный возраст (3-4 лет)		
	Средний дошкольный возраст (4-5 лет)		
	Старший дошкольный возраст(5-7лет)		
Пешие прогулки и экскурсии	Старший дошкольный возраст(5-7 лет)	1 раз в месяц	Воспитатели

*Виды деятельности проводятся на прогулке (в зависимости от погодных условий)

УТВЕРЖДЕНО
 Приказом заведующего МБДОУ
 «Детский сад № 26» г.Воркуты
 от 30.05.2024 г. № 130/01-20

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД
 ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЯХ В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

Вид деятельности	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВРЕМЯ
1. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ*		
Утренняя гимнастика	Группа	Ежедневно 3-5 мин.
Физкультминутки	Группа Прогулочная	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания деятельности (1-2 мин.)
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Группа	Ежедневно 2-3 мин.
Подвижные игры: <ul style="list-style-type: none"> • Сюжетные • Бессюжетные • Игры-забавы 	Группа Прогулочная	Ежедневно 10-15 мин.
Игровые упражнения Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Группа Прогулочная	Ежедневно
Физические упражнения и игровые задания	Группа Прогулочная	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	Группа Прогулочная	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.
Гимнастика после сна с элементами корректирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Группа	Ежедневно 3-5 мин.
Упражнения на релаксацию	Группа Прогулочная	По необходимости в течение дня
2. СОВМЕСТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)		
Физическая культура	3 раза в неделю 10 мин.	По расписанию
Музыкально-ритмические движения	СД по музыке 5-7 мин.	По расписанию
3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей	
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	Группа Прогулочная	1 раз в неделю Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА
 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ
 УСЛОВИЯХ В ГРУППЕ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (3-4 ГОДА)**

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ПЕРИОДИЧНОСТЬ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВРЕМЯ
1. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин.	Прогулочная	08.00-08.08
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания деятельности (1-3 мин.)	Группа	
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин.	Группа	7.00-08.00
Подвижные игры:	Ежедневно	Группа Прогулочная	15-25мин.
Игровые упражнения:	Ежедневно Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Группа Прогулочная	В течение дня
Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> • Игры с элементами логоритмики • Артикуляционная гимнастика • Пальчиковая гимнастика 	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Группа Прогулочная	В течение дня
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Группа Прогулочная Физкультурный зал	В течение дня
Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно 5-6 мин.	Группа	15.10-15.20
Упражнения на релаксацию Игровые этюды (имитационные игры)	По необходимости в течение дня 1-3 мин.	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	В течение дня
2. СОВМЕСТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)			
Физическая культура: <ul style="list-style-type: none"> • тематические; • сюжетно-игровые; 	3 раза в неделю 15-20 мин.	Физкультурный зал	По расписанию

<ul style="list-style-type: none"> • игровые; • контрольно-проверочные 			
Музыкально-ритмические движения	СД по музыке 5-7 мин.	Группа Музыкальный зал	По расписанию
3.СОВМЕСТНАЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО РАЗВИТИЮ ДВИЖЕНИЙ			
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	В течение дня
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	1 раз в неделю Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.		
Неделя здоровья	1 раз в месяц	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 30 мин.	Физкультурный зал Прогулочная	

УТВЕРЖДЕНО
 Приказом заведующего МБДОУ
 «Детский сад № 26» г.Воркуты
 от 30.05.2024 г. № 130/01-20

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА
 НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ
 УСЛОВИЯХ В ГРУППЕ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (4-5 ЛЕТ)**

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ПЕРИОДИЧНОСТЬ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВРЕМЯ
3. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин.	Прогулочная	08.00-08.08
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания деятельности (1-3 мин.)	Группа	
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин.	Группа	7.00-08.00
Подвижные игры:	Ежедневно	Группа Прогулочная	20-25мин.
Игровые упражнения:	Ежедневно Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Группа Прогулочная	В течение дня
Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> • Игры с элементами логоритмики • Артикуляционная гимнастика • Пальчиковая гимнастика 	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Группа Прогулочная	В течение дня
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Группа Прогулочная Физкультурный зал	В течение дня
Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно 5-7 мин.	Группа	15.10-15.20
Упражнения на релаксацию Игровые этюды (имитационные игры)	По необходимости в течение дня 5-7 мин.	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	В течение дня
4. СОВМЕСТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)			
Физическая культура:	3 раза в неделю	Физкультурный	По расписанию

<ul style="list-style-type: none"> • тематические; • сюжетно-игровые; • игровые; • контрольно-проверочные 	20-25 мин.	зал	
Музыкально-ритмические движения	СД по музыке 5-7 мин.	Группа Музыкальный зал	По расписанию
3.СОВМЕСТНАЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО РАЗВИТИЮ ДВИЖЕНИЙ			
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	В течение дня
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	1 раз в неделю Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.		
Неделя здоровья	1 раз в месяц	Группа Прогулочная Физкультурный и музыкальный зал	
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 40-50 мин.	Физкультурный зал Прогулочная	

УТВЕРЖДЕНО
 Приказом заведующего МБДОУ
 «Детский сад № 26» г.Воркуты
 от 30.05.2024 г. № 130/01-20

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД
 ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЯХ
 В ГРУППЕ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (5-7 ЛЕТ)**

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	ПЕРИОДИЧНОСТЬ	МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ	ВРЕМЯ
I. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
Утренняя гимнастика*	Ежедневно 10-12 мин.	Музыкальный Физкультурный зал	8.10-8.22
Физкультминутки	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания деятельности (1-3 мин.)	Группа	По мере необходимости
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 7-10 мин.	Группа	07.00-08.00
Подвижные игры*: <ul style="list-style-type: none"> • Сюжетные • Бессюжетные • Игры-забавы • Соревнования • Эстафеты • Атракционы 	Ежедневно 25-30мин.	Музыкальный Физкультурный зал Прогулочная	В течение дня
Игровые упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Зоркий глаз • Прыгуны • Подлезание • Пролезание • Перелезание 	Ежедневно Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Музыкальный Физкультурный зал Прогулочная	По мере необходимости
Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> • Игры с элементами логоритмики • Артикуляционная гимнастика • Пальчиковая гимнастика 	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Группа Музыкальный Физкультурный зал Прогулочная	По мере необходимости
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10мин.	Музыкальный Физкультурный зал Прогулочная	
Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно 8-10 мин.	Группа	15.10-15-20
Упражнения на релаксацию Игровые этюды (имитационные игры)	По необходимости 5-10 мин.	Группа Прогулочная	В течение дня

2. СОВМЕСТНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Физическая культура: <ul style="list-style-type: none">• тематические;• сюжетно-игровые;• игровые;• контрольно-проверочные	3 раза в неделю 25-30 мин.	Физкультурный зал	По расписанию
Музыкально-ритмические движения	СД по музыке 10-12 мин.	Музыкальный зал	По расписанию

3. СОВМЕСТНАЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО РАЗВИТИЮ ДВИЖЕНИЙ

Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей	Группа Прогулочная Музыкальный зал Физкультурный зал	В течение дня
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	1 раз в неделю в групповых помещениях и физкультурном зале. Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.		
Неделя здоровья	1 раз в месяц	Физкультурный зал Прогулочная	
Игры-соревнования между группами	1-2 раза не более 30 минут		
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 50-60 мин.	Физкультурный зал	По расписанию