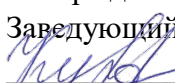
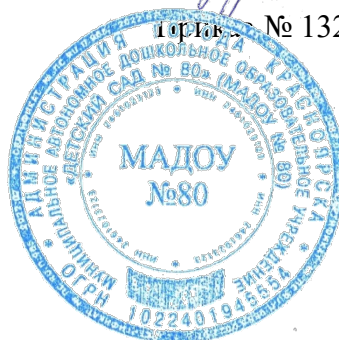


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
 «Детский сад №80»
 660052, Красноярский край, г. Красноярск, улица Алеши Тимошенкова, 199,
 тел. 8(391)222-98-89, факс (391)220-99-85, e-mail dou80@mailkrsk.ru, ИНН 2461023123,
 КПП
 246101001, ОКАТО 04401365000, ОКПО 55127555, ОГРН 1022401945554

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ № 80

 Е.М. Куркина

Приказ № 132 от 31.05.2024 г.



Режим двигательной активности летом

№	Форма работы	Содержание	Условия организации		
			Место	Время	Продолжительность, мин.
1	Утренняя гимнастика	Традиционная гимнастика включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений - с предметами и без - на формирование правильной осанки - на формирование свода стопы - имитационного характера	На воздухе / в помещении (в зависимости от погодных условий)	Ежедневно перед завтраком	1-я младшая -4 Младшая -6 Средняя - 8 Старшая -10 Подготовительная - 12
2	Занятия двигательной деятельностью	Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, возраста, физкультурного оборудования и т.д. Виды занятий: традиционное, тренировочное, сюжетно-игровое, коррекционно-развивающее	на воздухе, на спортивной площадке	3 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до 10 час.)	1-я младшая -10 Младшая -15 Средняя - 20 Старшая -25 Подготовительная - 30
3	Подвижные игры	Виды игр: - сюжетные - несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые,	На воздухе, на площадках	Ежедневно	Для всех групп

		закрепление и совершенствование) - народные - с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол)			
4	Двигательные разминки	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на развитие мелкой моторики; - ритмические движения; - упражнения на равновесие; - упражнения для активизации работы глазных мышц; - гимнастика расслабления; - упражнения на формирование правильной осанки; - упражнения на формирование свода стопы. 	На воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно в часы наименьшей инсоляции	1-я младшая -4 Младшая -6 Средняя - 8 Старшая -10 Подготовительная - 12
5	Гимнастика после сна	<p>Разминка после сна с использованием различных упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> - на формирование правильной осанки - на формирование свода стопы - имитационного характера - сюжетно-игровые - на развитие мелкой моторики - на координацию движений 	Спальня или групповое помещение при открытой фрамуге	Ежедневно после дневного сна	1-я младшая 3-5 Младшая 5-6 Средняя-7 Старшая-7-10 Подготовительная - 10
6	Закаливающие мероприятия	<p>Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития - элементы закаливания в повседневной жизни (обширное умывание, широкая аэрация помещений)</p> <ul style="list-style-type: none"> - самомассаж - солнечные, воздушные ванны - босохождение 	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинского работника
7	Индивидуальная работа	<p>Проводиться с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям.</p> <p>Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим учебный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии.</p>	В спортивном зале, на площадке	Устанавливается индивидуально	Устанавливается индивидуально

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 80"**, Куркина Елена Михайловна,
заведующий

31.05.24 09:16 (MSK)

Сертификат 6849069271B8E4BBB4ACD6FC51414550