

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 133»
/Л.В. Дмитриев/

График мероприятий для детей группы раннего возраста

Время	Содержание	Периодичность
06:30–08:10	Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	ежедневно
08:10–08:14	Утренняя гимнастика на открытом воздухе	ежедневно
09:50–11:35	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны	ежедневно
	Босохождение в помещении или на прогулке	ежедневно
	Игры с водой	ежедневно
11:35	Расширенное умывание	ежедневно
15:30–15:45	Корректирующая гимнастика	ежедневно
	Дыхательная гимнастика	ежедневно
16:10–18:30	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Игры с водой	ежедневно

График мероприятий для детей младшей группы

Время	Содержание	Периодичность
06:30–08:10	Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	ежедневно
08:10–08:20	Утренняя гимнастика с использованием элементов дыхательной гимнастики на открытом воздухе	ежедневно
09:35–11:50	Развитие основных движений, подвижные и спортивные игры	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны, игры с водой	ежедневно
	Босохождение в помещении или на прогулке	ежедневно
	Занятия физической культурой на воздухе	2 раза в неделю
	Физкультурные досуги и развлечения на воздухе	по плану
11:50–12:00	Расширенное умывание, упражнения для снижения напряжения	ежедневно
15:30–15:45	Корригирующая и дыхательная гимнастика	ежедневно
16:10–18:00	Подвижные и спортивные игры на прогулке, игры с водой	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Босохождение	ежедневно
18:00–18:30	Пальчиковая гимнастика	ежедневно
	Упражнения для снижения напряжения зрительного анализатора	ежедневно

**График мероприятий для детей средних, старших,
подготовительных к школе групп**

Период времени	Содержание	Примечание
06:30–08:15	Утренний фильтр: осмотр детей во время приема в ДОО, опрос родителей	ежедневно
08:20–08:30	Утренняя гимнастика и дыхательная гимнастика на воздухе	ежедневно
10:00–11:30	Развитие основных движений: игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Оздоровительная ходьба по территории детского сада на развитие выносливости	по средам
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны	ежедневно
	Босохождение в помещении, или на спортивной площадке, или в прогулочной зоне	ежедневно в теплую погоду
	Игры с водой	ежедневно
	Занятия физической культурой на воздухе	по расписанию
	Физкультурные досуги и развлечения на воздухе	по плану
	Обширное умывание	ежедневно
12:30–12:45	Упражнения для снижения нервно-эмоционального напряжения	ежедневно
15:30–15:45	Корригирующая гимнастика	ежедневно
	Дыхательная гимнастика	ежедневно
16:00–18:00	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Босохождение в помещении, или на спортивной площадке, или в прогулочной зоне	ежедневно
	Игры с водой	ежедневно
18:00–18:30	Пальчиковая гимнастика	ежедневно
	Упражнения для снижения напряжения зрительного анализатора	ежедневно
	Релаксация	по средам и пятницам