

Приложение № 3  
к Плану работы Учреждения  
в летний оздоровительный  
период 2026 года



УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ «Детский сад № 444»

С.С.Погосова

Приказ от «05» 05 2026 года № 11804

**Физкультурно-оздоровительный режим  
в МБДОУ «Детский сад № 444» на летний оздоровительный период 2026 года**

| Мероприятие<br>(содержание работы)            | Время<br>проведения                                                      | Место<br>проведения               | Температурный<br>режим                                                                                                                        | Исполнитель                                            |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Прием детей                                   | Ежедневно<br>6.30-8.00                                                   | Группа<br>Улица                   | не ниже + 12 <sup>0</sup> С                                                                                                                   | Воспитатели<br>I смены                                 |
| Утренняя гимнастика                           | Ежедневно<br>по режиму                                                   | Улица                             | не ниже + 12 <sup>0</sup> С                                                                                                                   | Воспитатели<br>I смены<br>Инструктор<br>по физкультуре |
| Завтрак, II завтрак, обед,<br>полдник         | По режиму                                                                | Группа                            | + 22 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>до 3 лет<br><br>+ 21 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>с 3 до 7 лет                                | Воспитатели<br>Младшие<br>воспитатели                  |
| Полоскание рта<br>кипяченой водой             | Ежедневно<br>после каждого<br>приема пищи                                | Группа<br>/умывальная<br>комната/ | 19 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>с 4 до 7 лет                                                                                           | Воспитатели<br>Младшие<br>воспитатели                  |
| Занятия физической<br>культурой               | По<br>расписанию                                                         | Улица                             |                                                                                                                                               | Воспитатели<br>Инструктор<br>по физической<br>культуре |
| Музыкальная<br>деятельность                   | По<br>расписанию                                                         | Улица                             | не ниже + 12 <sup>0</sup> С                                                                                                                   | Музыкальный<br>руководитель<br>Воспитатели             |
| Динамические паузы<br>(физкультминутки)       | Ежедневно<br>во время и<br>после<br>деятельности<br>малой<br>подвижности | Группа<br><br>Улица               | + 22 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>до 3 лет<br><br>+ 21 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>с 3 до 7 лет<br>не ниже + 12 <sup>0</sup> С | Воспитатели                                            |
| Подвижные игры средней<br>и малой подвижности | Ежедневно<br>в утренние и<br>вечерние часы                               | Группа<br><br>Улица               | + 22 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>до 3 лет<br><br>+ 21 – 28 <sup>0</sup> С<br>для детей<br>с 3 до 7 лет                                | Воспитатели                                            |
| Дневная прогулка                              | Ежедневно<br>по режиму                                                   | Улица                             |                                                                                                                                               | Воспитатели                                            |

|                                                                                                          |                                   |                   |                                                                                                          |                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Подвижные игры на прогулке                                                                               | Ежедневно по плану                | Улица             |                                                                                                          | Воспитатели                                                             |
| Динамический час на прогулке                                                                             | 1 раз в неделю по плану           | Улица             |                                                                                                          | Воспитатели                                                             |
| Индивидуальная работа по физическому развитию на прогулке                                                | Ежедневно по плану                | Улица             |                                                                                                          | Воспитатели                                                             |
| Спортивные игры и спортивные упражнения согласно сезона                                                  | В соответствии с РДА              | Улица             |                                                                                                          | Инструктор по физической культуре<br>Воспитатели                        |
| Физкультурный досуг                                                                                      | 1 раз в месяц                     | Улица             |                                                                                                          | Инструктор по физической культуре<br>Воспитатели                        |
| Физкультурный праздник (со средней группы)                                                               | 2 раза в год                      | Улица             |                                                                                                          | Инструктор по физической культуре<br>Воспитатели                        |
| День здоровья                                                                                            | 1 раз в квартал                   | Улица             |                                                                                                          | Инструктор по физической культуре<br>Воспитатели                        |
| Целевая прогулка (со средней группы)                                                                     | 1 раз в месяц                     | Улица             |                                                                                                          | Воспитатели<br>Старший воспитатель                                      |
| Дневной сон                                                                                              | Ежедневно по режиму               | Спальня           | +19 – 28 <sup>0</sup> С                                                                                  | Воспитатели                                                             |
| Водные и закаливающие процедуры (облегченная одежда, обширное умывание, питьевой режим, воздушные ванны) | Ежедневно в течение дня по режиму | Группа            | Водные процедуры:<br>Дети от 3 до 7 лет<br>начиная с + 28 <sup>0</sup> С спуская до 18-16 <sup>0</sup> С | Воспитатели<br>Инструктор по физической культуре<br>Старший воспитатель |
| Гимнастика после сна, хождение по координационным и массажным дорожкам                                   | Ежедневно по режиму               | Спальня<br>Группа | Босиком от + 22 <sup>0</sup> С снижая до +18 <sup>0</sup> С                                              | Воспитатели                                                             |
| Самостоятельная двигательная деятельность                                                                | Ежедневно в свободное время       | Группа<br>Улица   | + 22 – 28 <sup>0</sup> С для детей до 3 лет<br><br>+ 21 – 28 <sup>0</sup> С для детей с 3 до 7 лет       | Воспитатели                                                             |
| Вечерняя прогулка                                                                                        | Ежедневно по режиму               | Улица             |                                                                                                          | Воспитатели                                                             |

Погосова  
Светлана  
Сергеевна



Подписан: Погосова Светлана Сергеевна  
 DN: C=RU, S=Нижегородская область, L=Нижний Новгород,  
 Т=Заведующий, О="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""  
 ДЕТСКИЙ САД № 444""", СНИЛС=07130797352,  
 ИНН=525800188300, E=ds444\_nn@mail.52gov.ru, G=Светлана  
 Сергеевна, SN=Погосова, CN=Погосова Светлана Сергеевна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоположение: место подписания  
 Дата: 2026-06-09 09:32:54  
 Foxit Reader Версия: 9.7.0