

Администрация муниципального округа «Воркута» Республики Коми
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 65 «Бусинка» г. Воркуты**

«Челядь» 65 №-а видзани «Бусинка» школадз велодан
муниципальной сьомкуд учреждение Воркута к.

***План летней оздоровительной работы в
МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты***

2025г.

План летней оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, удовлетворение потребности в летнем отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи:

1. формировать у дошкольников привычки к здоровому и активному образу жизни, навыки безопасного поведения;
2. развивать познавательную активность и интересы;
3. прививать любовь к природе, воспитывать бережное отношение к ней, формировать начальные экологические представления;
4. повышать компетентность педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
5. обеспечивать методическую помощь при планировании и организации разных видов деятельности воспитанников в группе и на территории детского сада;
6. повышать компетентность родителей в вопросах организации летнего оздоровления и отдыха детей;
7. привлекать семьи воспитанников к участию в образовательной деятельности и реализации планов по оздоровлению и летнему отдыху детей в дошкольном учреждении.

I. Административно – хозяйственная работа

№ п/п	Наименование	Количество	
II. Профилактические работы			
	Мероприятия	Срок	Ответственные
1	Косметический ремонт групповых помещений	июнь-июль	Завхоз или лицо его заменяющее
2	Косметический ремонт помещений общего пользования	июнь-июль	Завхоз или лицо его заменяющее
III. Подготовка к зиме			
1	Оклеивание окон	август	Завхоз или лицо его заменяющее
2	Утепление дверей	август	Завхоз или лицо его заменяющее
3	Подготовка инвентаря к уборке снега	сентябрь	Завхоз или лицо его заменяющее
4	Ревизия отопительной системы	Август - сентябрь	Завхоз или лицо его заменяющее
5	Просушка постельных принадлежностей (матрацы, подушки, одеяла)	В течение лета	Завхоз или лицо его заменяющее
6	Стирка ковровых изделий	Июнь-июль	Завхоз или лицо его заменяющее
7	Обновление информационных знаков	июнь	Завхоз или лицо его заменяющее

II. Организационная работа

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Утверждение плана летней оздоровительной работы на 2025 год	28.05.25г	Заведующий
2.	Проведение инструктажа педагогов перед началом летнего периода: - профилактика детского травматизма; - охрана жизни и здоровья детей в летний период; - организация и проведение походов и экскурсий за пределы детского сада; - организация и проведение спортивных и подвижных игр; - правила оказания первой доврачебной помощи; - предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами; - охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте; - при солнечном и тепловом ударе; - оказание помощи при укусе насекомыми и т.п.	28.05.25г.	Заведующий
3.	Комплектация на группах аптек, дезинфицирующими средствами личной гигиены, масками и перчатками	до 1 июня	Ст. воспитатель Воспитатели Медсестра
4.	Проведение инструктажа с воспитанниками: - по предупреждению травматизма на прогулках; - соблюдение правил поведения в природе, на улице ; - соблюдение правил личной гигиены	01.06.25г.	Воспитатели
5.	Издание приказов: 1. Об организованном окончании 2024-2025 учебного года. 2. О подготовке МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты к работе в летний период. 3. Об организации административного дежурства в летний оздоровительный период. 4. Об организации питания воспитанников в летний оздоровительный период. 5. Об усилении персональной ответственности по охране жизни и здоровья детей в детском саду и на детских площадках. 6. О мерах по предупреждению кишечных инфекций среди воспитанников. 7. О проведении внеплановых тренировок по отработке действий персонала в случае эвакуации; 8. О предупреждении травматизма среди воспитанников и действиях персонала по оказанию первой доврачебной помощи; 9. О подготовке ДОУ к новому 2025 – 2026 учебному году 10. О комплектовании учреждения детьми на 2025 – 2026 учебный год.	Май – август 2025г.	Заведующий Павленко Л.А.

6.	Составление отчётов за летний период о выполнении намеченного плана работы по профилактике дорожно-транспортного травматизма.	до 31.08.25	Ответственный педагог за обучение детей навыкам БП. Омбоди Е.Н.
7.	Инструктаж «Соблюдение питьевого и санитарно – эпидемиологического режима в летних условиях»	2 июня	Заведующий Павленко Л.А.
8.	Общее собрание работников Учреждения «Организация оздоровительной работы МБДОУ в летний период»	05.06.25г.	Заведующий Павленко Л.А.
9.	Комплексный контроль «Готовность МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты к летней оздоровительной работе»	с 02.06.25 по 06.06.25г	Заведующий Павленко Л.А. Ст. воспитатель Головина О.В.
10.	Проверка оборудования на территории, составление актов по итогам.	Май 2025 г.	завхоз Ларионова О.К.
11.	Общее собрание работников Учреждения «Итоги летней оздоровительной работы МБДОУ. Подготовка МБДОУ к началу учебного года»	31.08.25 г.	Заведующий Павленко Л.А.

III Методическая работа

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Подготовить материалы для использования в работе с детьми летом (картотека подвижных, дидактических, речевых, развивающих игр, дидактические материалы, методическую и художественную литературу)	до 1 июня	Ст. воспитатель воспитатели
2.	Составление плана воспитательно-образовательной работы на 2025– 2026 учебный год.	до 30 июня	Ст. воспитатель Головина О.В
3.	Педагогический совет «Анализ качества образования в МБДОУ № 65 за 2024-2025 учебный год»	24.05.2025г.	Ст. воспитатель Головина О.В
4.	Консультация для воспитателей «Ознакомление дошкольников с правилами дорожного движения».	до 01.06.25г.	Ответственный педагог за обучение детей навыкам БП. Омбоди Е.Н.
5.	Консультация для воспитателей «Физкультурно - оздоровительная работа в летний период».	31.05.2025г.	Инструктор по физической культуре Скарга Е.А.
6.	Индивидуальные консультации по запросам педагогов	Июнь -август	Ст. воспитатель Головина О.В
7.	Разработка образовательной программы с учетом обновленных требований ФГОС дошкольного образования, и в соответствии с ФОП ДО	до 01.09.2025	Ст. воспитатель Головина О.В
8.	Систематизация материалов в методическом кабинете	до 01.09.2025	Ст. воспитатель Головина О.В
9.	Педагогический совет «Готовность МБДОУ № 65 к новому 2025-2026 учебному году»	30.08.2025 г.	Заведующий Павленко Л.А.

**IV Тематический план воспитательно-образовательной работы на летний
оздоровительный период 2025 года.**

	Июнь	
Тема недели	Мероприятия/ содержание деятельности	Ответственные
1 неделя «Здравствуй, северное лето»	1 июня – День защиты детей - Тематические беседы: «Я и мои права»; «Конвенция о правах ребенка – на страже защиты детей», «Секреты безопасности» - Акция «Подари улыбку другу» + фотосессия - Утренняя гимнастика «На зарядку - становись!» (совместно с родителями) - Игровая программа «Пусть детство звонкое смеется» - Конкурс детского рисунка, посвященного Дню Защиты детей - Выставки творческих работ «Счастливое детство» - Конкурс детского рисунка на асфальте «Пусть всегда будет солнце, пусть всегда буду я!» - Танцевальный флешмоб «Я, ты, он, она!» - Шоу мыльных пузырей «Радужная сказка» - Соревнования на прогулочной площадке «Веселые старты» - Час веселых затей: «Страна детства» - «Все на ГТО» (сдача норматива «смешанное передвижение») - Игровая программа «Здравствуй, северное лето!» (экологические игры, командные игры и аттракционы) - Спортивное развлечение «Мы за спорт!» «Мастерская детства» - программа творческих дел «Фестиваль детского спорта» - спортивно-игровая программа «Радуга талантов» - художественно-эстетическая программа «Веселые краски детства»- праздничная игровая программа: «Территория детства» - программа просветительской направленности	Воспитатели
2 неделя «Наша родина – Россия!»	06 июня - Пушкинский день России/День русского языка 09 июня - Международный день друзей 12 июня – День России Выставка рисунков «Наша родина – Россия!»; Тематическая фото выставка «Путешествуем по России всей семьей» Чтение литературных произведений, рассматривание альбомов, иллюстраций, просмотр презентаций, видеофильмов о России; Литературно-музыкальная гостиная «Мы живем в России!» (старшая разновозрастная группа); Реализация краткосрочного проекта «Русская матрешка» (младшая разновозрастная) Викторины «Что мы знаем о России» / «Главные символы России»	Воспитатели

3 неделя «Природа вокруг нас»	Викторина «Знатоки природы»; Выставка творческих «Белоствольная красавица»» Экскурсия в парк Игры экологической направленности; Беседы с детьми на экологические темы, просмотр видеофильмов, презентаций по экологии Проведение акции «Подари цветок – получи улыбку» (изготовление цветов из бросового материала и их дарение детям других групп, родителям, сотрудникам МБДОУ). Акция приурочена к Международному дню цветка (21 июня) 18 июня – День отца - Выставка детских рисунков «Мой папа самый лучший» - Фото выставки «Я и папа – лучшие друзья» - Мастер – классы «Папа может все» - Творческая мастерская: изготовление подарков ко Дню отца. 22 июня: День памяти и скорби Эстафета добра . Мастер-класс «Голубь мира» », (аппликация, оригами)	Воспитатели
4 неделя «Детские секреты»	29 июня День поисков кладов и секретов. Естественно-научный микс «Науки чудес и превращений» презентация о фокусниках. Проведение и показ фокусов на участках детского сада. Вечер загадок и секретов. Игры-соревнования: «Меткие стрелки», «Чье звено быстрее соберется», «Перекасти мяч» и т.д Показ мультфильма по теме.	Воспитатели
Июль – Летний фестиваль «Выходи гулять». Тема «Игры нашего двора»		
1 неделя «Наша дружная семья»	5 июля День рождения писателя и художника иллюстратора В.Г.Сутеева Познавательная викторина «По страницам книг Сутеева» Выставка рисунков «Мой любимый сказочный герой»; Музыкально-ритмические композиции; подвижные игры с правилами; игровая программа «А нам не скучно вместе»; Театр игрушек – сказка В. Сутеева «Под грибом» 8 июля Всероссийский день семьи, любви и верности - Беседы на темы: «Семья-это значит мы вместе», «Неразлучная семья», «Вся семья вместе и душа на месте» - Организация сюжетно-ролевых игр «Семья», «Дочки-матери», «Наш дом» - Ромашковый флешмоб - выставка рисунков и фотографий «Семья – единство помыслов и дел»	Воспитатели
2 неделя «Наше здоровье и безопасность»	Развлечение «Советы доктора Айболита»; Викторина «Один дома»; Беседы, чтение литературных произведений по тематике здоровья и личной безопасности; Просмотр видеофильмов, мультфильмов и презентаций по тематике личной безопасности и здоровья; Дидактические и развивающие игры, игры с элементами ТРИЗ и РТВ по тематике	Воспитатели

	личной безопасности и здоровья; Выставка рисунков «Я выбираю здоровье!» Развлечение «На дорогах светофор помогает нам во всем», «Учим правила движения как таблицу умножения» Беседы, игры, наблюдения по тематике безопасного поведения на дороге; просмотр видеофильмов, мультфильмов, презентаций по тематике ПДД; Выставка творческих работ «Всемирный день китов и дельфинов»	
3 неделя «Маленькие волшебники»	16 июля - День рисования на асфальте. Изготовление поделок и коллажей из бумаги «Бумажные фантазии»; «Песочные фантазии» -день построек из песка; «Чудеса для детей из ненужных вещей» - день поделок из бросового материала; «Волшебница природа» - день поделок из природного материала; Итоговая выставка «Маленькие мастера»	Воспитатели
4 неделя Мы друзья природы	23 июля - Всемирный день китов и дельфинов. Наблюдения за растительным и животным миром в летний период. Пешеходная прогулка в тундру, на речку; составление планов – маршрутов «Учимся ориентироваться», беседы «Правила поведения на природе», «Солнце друг, солнце враг»; Активный отдых и наблюдение в природе; разучивание закличек, песен для похода; рисование «Тундра летом», выставка творческих работ «Мы туристы».	Воспитатели
5 неделя Мы дружные ребята	30 июля – Международный день дружбы Общая утренняя зарядка «Все на зарядку!» Спортивные эстафеты «Веселые старты» Беседы «Какими должны быть мальчики и девочки» «Скажи мне, кто твой друг» Игры «На что похоже настроение», «Кто больше скажет добрых слов» Чтение художественной литературы: М. Пляцковский «Урок дружбы» Создать условия для сюжетно-ролевых игр: «Детский сад», «Строители», «Магазин»; труд в природе «Волшебники в природе» Продуктивная деятельность «Подарок другу»	Воспитатели
август		
1неделя Правила дорожные детям знать положено.	5 августа – международный день светофора Развлечение «На дорогах светофор помогает нам во всем» (мл. возраст), «Учим правила движения как таблицу умножения» (ст. возраст); Беседы, игры, наблюдения по тематике безопасного поведения на дороге; просмотр видеофильмов, мультфильмов, презентаций по тематике ПДД; Выставка творческих работ «Всемирный день китов и дельфинов» (Т.И. Данилова	Воспитатели

	«Обучение детей дошкольного возраста ПДД»)	
2 неделя Юные любители спорта	12 августа – День физкультурника Разучивание народных подвижных игр с атрибутами; Чтение художественной и познавательной литературы о разных видах спорта, рассматривание иллюстраций спортивного характера, составление рассказов, беседы и другие формы совместной деятельности; Спортивные игры на природе; разучивание стихотворений о спорте; Спортивный праздник «Страна Спортландия»	Воспитатели
3 неделя Моя малая Родина	22 августа- День государственного флага РФ, День Республики Коми Развлечение «Тебе, любимая Республика!» Выставка творческих работ «Мой край родной» Тематическое украшение прогулочной площадки Конкурс чтецов «Республике Коми наши поздравления» 25 –августа – День шахтера Фотовыставка «Мой папа – шахтер» Беседы о шахтерском труде Выставка творческих работ «Шахтер-профессия смелых и сильных!» Просмотр видео роликов о труде шахтера Виртуальные экскурсии в шахту Музыкально – спортивное развлечение «Мы – будущие шахтеры»	Воспитатели
4 неделя «До свидание лето!»	Игры дидактические, развивающие по тематике летнего сезона Музыкальное развлечение «Снова в гости тебя ждём!» Итоговые беседы о летнем сезоне Выставка рисунков «Впечатления о летнем отдыхе» 27 августа День российского кино Игры для детей «Снимаем кино» Развлекательное мероприятие «Мультконцерт»	Воспитатели

Расписание занятий на летний период.

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Подготовительная группа , старшая группа	Музыка 09.30 – 09.55	Художественная деятельность 09.00 – 09.25 Физическая культура 09.35 – 09.50	Физическая культура 09.00 – 09.25	Музыка 09.30 – 09.55	Физическая культура 09.00 – 09.25
Средняя группа	Физическая культура 09.00 – 09.20	Музыка 09.00 – 09.20	Художественная деятельность 09.00 – 09.20 Физическая культура 09.30 – 09.50	Физическая культура 09.00 – 09.20	Музыка 09.00 – 09.20
2 младшая группа	Музыка 09.00 – 09.15	Художественная деятельность 09.00 – 09.15 Физическая культура 09.25 – 09.40	Физическая культура 09.00 – 09.25	Музыка 09.00 – 09.15	Физическая культура 09.00 – 09.15
1 младшая группа	Физическая культура 09.00 – 09.10	Музыка 09.30 – 09.40	Физическая культура 09.00 – 09.10	Художественная деятельность 09.00 – 09.10 Физическая культура 09.20 – 09.30	Музыка 09.30 – 09.40

* Примечание: Физкультурные и музыкальные (игровые образовательные) занятия проводятся в хорошую погоду на участке детского сада, в плохую погоду – в музыкальном, спортивном залах (по графику), в групповом помещении .

Деятельность художественно-эстетического цикла (аппликация, рисование, лепка) проводится на улице в хорошую погоду, в плохую – в групповом помещении. Беседы познавательного характера проводятся на прогулке и в совместной деятельности ежедневно.

V. Экскурсии и походы

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Походы в тундру по маршрутам, составленным воспитателями и детьми в соответствии с санитарным режимом	июль	Воспитатели старших, средних групп
2.	Экскурсия на речку Аяч – Яга.	в течение лета	Воспитатели старших групп
3.	Экскурсии по поселку в соответствии с санитарным режимом	август	Воспитатели старших, средних групп

VI. Трудовая деятельность

Задачи педагогов.

1. На примере ближайшего окружения познакомить дошкольников с окружающим миром, помочь им осознать свое место в нем.
2. Развивать доброе, заботливое отношение к природе и людям, своему городу и стране.
3. Учить детей ориентироваться в социальной среде обитания.

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Уход за цветочными клумбами (закрепить трудовые навыки и знания цветов нашего края).	июль	Воспитатели старших групп
2.	Полив песка в песочницах.	июнь-июль	Воспитатели всех групп
3.	Уход за комнатными растениями.	июнь-июль	Воспитатели всех групп
4.	Уход за огородом на окне.	июнь-июль	Воспитатели всех групп
5.	Трудовые поручения по содержанию территории детского сада в чистоте.	июнь- август	Воспитатели всех групп
6.	Сбор природного материала с целью оформления уголка природы, уголка тундры, осенних экибан.	июнь- август	Воспитатели всех групп

VII. Сотрудничество с семьей

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Информационный блок			
1.	Визитная карточка группы.	Июнь	Воспитатели всех групп
2.	Режим группы на теплый период года.	Май	Воспитатели всех групп
3.	Значение летнего периода в развитии детей.	Июнь	Воспитатели всех групп
4.	Мероприятия по оздоровлению детей в условиях сохранения рисков распространения COVID -19 в летний период	Июнь	Воспитатели всех групп
5.	Предупреждение летнего травматизма.	Июнь	Воспитатели всех групп
6.	Общение с природой.	Июль	Воспитатели всех групп
7.	Внимание, дорога!	Июль	Воспитатели всех групп
8.	Участие родителей в воспитательно-образовательной работе (организация экскурсий, походов в соответствии с санрежимом).	Июнь-август	Воспитатели всех групп

VIII. Контроль и руководство

1	Контроль за соблюдением санэпидрежима, охраной жизни и здоровья детей в условиях сохранения рисков распространения COVID -19	Май - август	Заведующий, завхоз медсестра, ст. воспитатель
2	Организация закаливающих процедур (воздушные ванны, босохождение, дыхательная гимнастики и т.д.)	июль - август	медсестра
3	Санитарное состояние участка: проверка оборудования участка на соответствие гигиеническим нормам (ежедневно)	В течение лета	Завхоз, медсестра , воспитатели
4	Санитарно-гигиеническое состояние помещений; проведение дезинфекции помещений, генеральной и текущей уборки. Соблюдение режима проветривания. Наличие москитной сетки на окнах. (ежедневно)	В течение лета	Медсестра
5.	Питание: режим хранения продуктов. Доброкачественность и калорийность продуктов. Гигиенические требования к выдаче и раздаче и доставки пищи детям. Санитарно-гигиеническое состояние пищеблока. (ежедневно)	В течение лета	Медсестра, кладовщик, заведующий.
6.	Питьевой режим, соответствие санитарным нормам (ежедневно)	В течение	медсестра
7.	Состояние одежды и обуви: соблюдение требований к одежде в помещении и на прогулке в соответствии с температурой воздуха и возрастом детей (ежедневно)	В течение лета	медсестра, воспитатели
8.	Двигательный режим: объем двигательной активности в течение дня, соответствие двигательного режима возрасту детей, разнообразие форм двигательной активности в течение дня. (ежедневно)	В течение лета	медсестра, воспитатели, ст. воспитатель

9.	Прогулка: соблюдение требований к проведению прогулки (продолжительность, одежда детей, двигательная активность; содержание и состояние выносного материала) (ежедневно)	В течение лета	медсестра, воспитатели, мл. воспитатели
10	Оздоровительные мероприятия в течение дня: утренняя гимнастика на улице, гимнастика после сна, двигательная разминка, индивидуальная работа, трудовая деятельность. (ежедневно)	В течение лета	медсестра, ст. воспитатель, воспитатели

IX. График административно-хозяйственного контроля.

Вопросы	Срок
1. Медицинское обеспечение воспитательно-образовательного процесса (медсестра)	
Медицинский и профилактический осмотр детей. Антропометрия	Июнь
Контроль за проведением оздоровительных мероприятий в режиме дня	Постоянно
Организация питания	Постоянно
Выполнение санитарно – эпидемиологического режима	1 раз в неделю
Выполнение натуральных норм питания (накопит.)	В конце месяца
Введение медицинской документации. Оснащение медикаментами.	постоянно
Санитарно – гигиеническое содержание помещений	постоянно
Санитарно – просветительская работа с родителями, сотрудниками.	1 раз месяц
2. Техническое состояние здания, подсобных помещений (завхоз)	
Санитарное состояние помещений, территории ДОУ	постоянно
Состояние мебели	Июнь, август
Соблюдение инструкции по ОТ и ПБ	июнь
Контроль за работой обслуживающего персонала	постоянно
Сохранность имущества	Июнь, август
Состояние технического оборудования	июнь
3. Методическое обеспечение воспитательно – образовательного процесса.	
Предметно – развивающая среда (ст. воспитатель)	
Состояние воспитательной работы по возрастам	1 раз в месяц
Календарное планирование, документация педагогов	июнь
Педагогическое просвещение родителей	1 раз в месяц
Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей	постоянно
Состояние предметной среды в группах	1 раз в месяц

X. Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	место	Время	Продолжительность по группам (мин.)	
Утренняя гимнастика	На воздухе (по погодным условиям)	Ежедневно перед завтраком	Младшая – 6 Средняя – 8 Старшая – 10 –	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Образовательная деятельность по физическому развитию	На воздухе (по погодным условиям)	3 раза в неделю	Младшая – 15 Средняя – 20 Старшая 25	Воспитатели, инструктор по физкультуре.

Подвижные игры: (сюжетные, не сюжетные, с элементами соревнований, народные, с элементами спорта и т.д.)	На воздухе	ежедневно	Для всех возрастных групп 10 - 20	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Двигательные разминки: упражнение на развитие мелкой моторики; ритмические движения; упражнения на внимание и координацию движений, упражнение в равновесии; упражнения для активации глазных мышц; гимнастика расслабления; упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на формирование свода стоп.	На воздухе	ежедневно	Младшая – 6 Средняя – 8 Старшая – 10 – подготовительная - 12	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно-игрового характера	спальня	Ежедневно после сна	Для всех групп 3-5	Воспитатели.
Упражнение после сна: с предметами и без предметов; на формирование правильной осанки; на формирование свода стопы; имитационного характера; сюжетные и игровые; с простейшими тренажерами; на координацию движений, на развитие мелкой моторики.	Спальня или групповое помещение с доступом свежего воздуха	Ежедневно после сна	Для всех групп 7-10	воспитатели
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, босохождение, солнечные и воздушные ванны	С учетом специфики зак. мероприятия	По плану в зависимости от зак. мероприятия	По усмотрению медсестры	Медсестра, воспитатели
Индивидуальная работа в режиме дня	С учетом специфики индивидуальной работы	ежедневно	3-7	Воспитатели, инструктор по физкультуре.
Праздники, досуги, развлечения	На воздухе	1 раз в неделю	На более 30	Воспитатели, муз. руководители

Модель двигательной активности.

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально – ритмические движения.	НОД по музыкальному развитию 6-8 мин.	НОД по музыкальному развитию 8-10 мин.	НОД по музыкальному развитию 10-12 мин.	НОД по музыкальному развитию 12-15 мин.
Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	2 раз в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 30 мин.
Подвижные игры: • сюжетные; • бессюжетные; • игры-забавы; • соревнования; • эстафеты; • аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: • гимнастика пробуждения • дыхательная гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: • артикуляционная гимнастика; • пальчиковая гимнастика; • зрительная гимнастика.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц 30–35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.

Оздоровительный бег	2 раза в неделю 2–4 мин	2 раза в неделю 3–5 мин	2 раза в неделю 3–5 мин	2 раза в неделю 5–7 мин
Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	2–3 раза в год, длительность 30–40 мин	2–3 раза в год, длительность 40–60 мин	2–3 раза в год, длительность 40–60 мин	2 раза в год 50–75 мин.
Специально организованная дозированная ходьба	Ежедневно 3–5 мин.	Ежедневно 5–7 мин.	Ежедневно 7–10 мин.	Ежедневно 10–12 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			