

**Модель двигательной активности воспитанников  
младшего дошкольного возраста  
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

**Первая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Прием детей на улице, игры	7.00-8.00	60 минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.00-8.10	10 минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке* (развлечения, подвижные игры)	9.00-11.15	135 минут	Ежедневно
4.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	11.25-11.30	5 минут	Ежедневно
5.	Целевая прогулка		15 минут	1 раз в неделю
6.	Физкультурный досуг		10 минут	2 раза в месяц

**Вторая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.20-15.20	20 минут	Ежедневно
2.	Прогулка* (двигательная активность)	15.40-16.45	65 минут	Ежедневно
3.	Прогулка** (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.30-19.00	90 минут	Ежедневно
<b>Итого: 6 часов 40 минут</b>				

\* при неблагоприятных условиях погоды дети гуляют в прогулочной зоне (зона ПДД)

\*\* при неблагоприятных условиях погоды двигательная активность осуществляется в группе

**Модель двигательной активности воспитанников  
среднего дошкольного возраста  
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

**Первая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Прием детей на улице, игры	7.00-8.10	70 минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.10-8.20	10 минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке* (НОД, совместная образовательная деятельность, развлечения, подвижные игры)	9.00-11.45	165 минут	Ежедневно
4.	Целевая прогулка		20-25 минут	1 раз в неделю
5.	Экскурсия		20-25 минут	1 раз в неделю
6.	Физкультурный досуг		20-25 минут	2 раза в месяц
7.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	12.00-12.05	5 минут	Ежедневно

**Вторая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.00-15.20	20 минут	Ежедневно
2.	Прогулка*(двигательная активность)	15.45-17.00	75 минут	Ежедневно
3.	Прогулка** (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.30-19.00	90 минут	Ежедневно
<b>Итого: 8 часов 00 минут</b>				

\* при неблагоприятных условиях погоды дети гуляют в музыкальном зале на 2-м этаже

\*\* при неблагоприятных условиях погоды двигательная активность осуществляется в группе

**Модель двигательной активности воспитанников  
старшего дошкольного возраста  
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

**Первая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Прием детей на улице, игры	7.00-8.20	80 минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10 минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке*(НОД, совместная образовательная деятельность, развлечения, подвижные игры)	9.00-12.10	180 минут	Ежедневно
4.	Целевая прогулка		20-25 минут	1 раз в неделю
5.	Экскурсия		20-25 минут	1 раз в неделю
6.	Физкультурный досуг		20-25 минут	2 раза в месяц
7.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	12.25-12.30	5 минут	Ежедневно

**Вторая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.00-15.20	20 минут	Ежедневно
2.	Прогулка*(двигательная активность)	15.40-17.05	85 минут	Ежедневно
3.	Прогулка* (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.40-19.00	100 минут	Ежедневно

Итого: 8 часов 25 минут

\* при неблагоприятных условиях погоды дети гуляют в прогулочной зоне (3этаж)

\*\* при неблагоприятных условиях погоды двигательная активность осуществляется в группе

**Модель двигательной активности воспитанников  
группы раннего возраста(с 1,5 до 3-х лет)  
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

**Первая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Прием детей на улице, игры	7.00-8.00	60минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.00-8.08	8минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке* (НОД, развлечения, подвижные игры)	9.00-11.15	135минут	Ежедневно
4.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	11.25-11.30	5минут	Ежедневно
5.	Физкультурный досуг		10минут	2 раза в месяц

**Вторая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Закаливающие процедуры	15.00-15.20	20минут	Ежедневно
2.	Прогулка*(двигательная активность)	15.40-16.45	65минут	Ежедневно
3.	Прогулка** (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.30-19.00	90минут	Ежедневно
<b>Итого: 6 часов 38 минут</b>				

\*при неблагоприятных условиях погоды дети гуляют в прогулочной «Кроха»

\*\* при неблагоприятных условиях погоды двигательная активность осуществляется в группе

**Модель двигательной активности воспитанников  
старшего дошкольного возраста  
(с учетом возрастных особенностей развития ребенка)**

теплый период

**Первая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Прием детей на улице, игры	7.00-8.20	80минут	Ежедневно
2.	Утренняя гимнастика	8.20-8.30	10минут	Ежедневно
3.	Двигательная активность на прогулке*(НОД, совместная образовательная деятельность, развлечения, подвижные игры)	9.00-12.10	180минут	Ежедневно
4.	Целевая прогулка		20-25минут	1развнеделю
5.	Экскурсия		20-25минут	1развнеделю
6.	Физкультурный досуг		20-25минут	2 раза в месяц
7.	Зрительная и пальчиковая гимнастика	12.25-12.30	5минут	Ежедневно

**Вторая половина дня**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>	<b>Регулярность</b>
1.	Закаливающие процедуры, дыхательная гимнастика	15.00-15.20	20минут	Ежедневно
2.	Прогулка*(двигательная активность)	15.40-17.05	85минут	Ежедневно
3.	Прогулка* (игровые упражнения, подвижные игры, самостоятельная деятельность)	17.40-19.00	100минут	Ежедневно
<b>Итого: 8 часов 25 минут</b>				

\* при неблагоприятных условиях погоды дети гуляют в физкультурном зале (3этаж)

\*\* при неблагоприятных условиях погоды двигательная активность осуществляется в группе

Расписание  
прогулок при неблагоприятных условиях погоды  
в прогулочной зоне  
Группы №4  
10.20–12.10  
15.40–17.05

Расписание  
прогулок при неблагоприятных условиях погоды  
музыкальном зале (2этаж)  
Группа №9  
10.10–11.45  
15.45–17.00

Расписание  
прогулок при неблагоприятных условиях погоды  
в прогулочной «Кроха»  
Группа раннего  
возраста 9.30–11.00  
15.40–16.45

Расписание  
прогулок при неблагоприятных условиях погоды  
зона ПДД (3этаж)  
Группа №3  
10.10–11.15  
15.40–16.50

Расписание  
прогулок при неблагоприятных условиях погоды  
физкультурный зал  
Группа №2  
10.20–12.15  
15.40–17.05