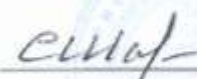


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 «Центр развития ребенка – детский сад № 6 "Звездочка" города Обнинска
 (МБДОУ «ЦРР - детский сад № 6 «Звездочка»)
 249037 Калужская обл., г. Обнинск, ул. Курчатова, д. 8а.
 Тел. (484) 396-11-26 E-mail: sad-obninsk@yandex.ru
 ИНН/КПП: 4025074266/ 402501001 ОГРН 1034004201087

Утверждаю:

Заведующий



Шалимова С.А.

«01» сентября 2023 г.

График физкультурно-оздоровительной работы на 2023-2024 учебный год

п/п №		Группа №4 младшая «Родничок»	Группа №3 средняя «Светлячок»	Группа №1 старшая «Теремок»	Группа №2 подготов. «Лучик»
1	Утренний прием детей на свежем воздухе (теплый период года)	7.00 - 7.45	7.00 - 7.45	7.00 - 7.50	7.00 - 7.50
2	Утренняя гимнастическая разминка	8.00 – 8.10 музыкальный зал	8.10 – 8.20 музыкальный зал	8.00 – 8.12 физкультурный зал	8.12 – 8.24 физкультурный зал
3	Физкультурные занятия	Понедельник 15.10 – 15.25 Вторник 9.00 – 9.15	Среда 15.10 – 15.30 Четверг 9.00 – 9.20	Вторник 9.30 – 9.55 Среда 15.10 – 15.35	Четверг 9.40 – 10.10 Пятница 15.10 – 15.40
4	Музыкально-ритмическая деятельность	Понедельник 9.00 – 9.15	Вторник 9.00-9.20	Пятница 9.00-9.25	Среда 9.00-9.30
5	Занятия в бассейне	Среда 15.40 – 16.10 Четверг 15.10 – 15.40	Вторник 15.10 – 15.40 Пятница 15.40 – 16.10	Понедельник 16.00 – 16.30 Четверг 15.40 – 16.10	Понедельник 15.30 – 16.00 Среда 16.10 – 16.40
6	Воздушные ванны	Во время гимнастических разминок, физкультурных и музыкально-хореографических занятий, гигиенических переодеваний, до и после дневного сна			
7	Босохождение	До и после дневного сна			
8	Сон с доступом свежего воздуха	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.30 – 15.00
9	Обширное умывание прохладной водой	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00	14.50 – 15.00

10	Разминка после дневного сна	15.00 – 15.05	15.00 – 15.05	15.00 – 15.07	15.00 – 15.10
11	Физкультминутки, физкультпаузы	Включены в содержание занятий, связанных с пребыванием детей в статическом положении			
12	Динамические паузы	Между занятиями, связанными с пребыванием детей в статическом положении			
13	Упражнения в релаксации	По окончании занятий, связанных с двигательной и мыслительной нагрузкой			
14	Подвижные игры в помещении (малой и средней подвижности)	До и после занятий, связанных с пребыванием детей в статическом положении			
15	Подвижные игры на свежем воздухе	10.40 – 11.00	11.00-11.20	11.20-11.40	11.40-12.00
16	Физкультурный досуг	Последняя вторник каждого месяца	Последний понедельник каждого месяца	Последний четверг каждого месяца	Последняя пятница каждого месяца
17	Физкультурный праздник, соревнования	1 раз в год июнь	1 раз в год июнь	2 раза в год январь, июнь	2 раза в год январь, июнь
18	«Неделя здоровья»	Один раз в год сентябрь			