

Расписание оздоровительных мероприятий на 2021 – 2022 учебный год



№ группы	Утренняя гимнастика	Гимнастика после дневного сна	Оздоровительный бег	Полоскание рта	Чистка зубов
№ 1 2-я группа раннего возраста	8.00 в группе (5-6 мин)	15.00	-	-	-
№ 2 Старшая группа	8.15 (8-10 мин) в физкультурном зале	15.00	В тёплое время года на улице 100м.	После каждого приёма пищи	После обеда
№ 3 Средняя группа	8.00 в физкультурном зале (6-8 мин)	15.00	В тёплое время года на улице 50м.		
№ 4 Подготовительная к школе группа	8.25 в физкультурном зале (10 - 12 мин)	15.00	В тёплое время года на улице 150м.	После каждого приёма пищи	После обеда
№ 5 2-я группа раннего возраста	8.00 в группе (5-6 мин)	15.00	-	-	-
№ 6 Младшая группа	8.00 в группе (5-6 мин)	15.00	-	-	
№ 7 Средняя группа	8.00 в музыкальном зале (6-8 мин)	15.00	В тёплое время года на улице 50м.	После каждого приёма пищи	
№ 9 Подготовительная к школе группа	8.15 в музыкальном зале (10 - 12 мин)	15.00	В тёплое время года на улице 150м.	После каждого приёма пищи	После обеда

Во всех группах оздоровительные минутки: физминутки, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, самомассаж, релаксация во время НОД и в свободное время.