МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 79
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ
ГОРОД-КУРОРТ СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МДОУ
детский сад № 79

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат:00ABB560732C34D2431551F817119FB130
Владелец: **Собатенко Татьяна Николаевна**
Действителен: с 11.05.2022 по 04.08.2023

Т.Н. Собатенко
Приказ № от 31.08.2022

РАСПИСАНИЕ УТРЕНЕЙ ГИМНСТИКИ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Возрастная группа	Время	Количество упражнений	Дозировка упражнений	Бег	Прыжки
СРЕДНЯЯ ГРУППА «Сказка», «Радуга», «Веснушки»	**ЕЖЕДНЕВНО 08.00 – 08.08**	**4-5**	**5-6**	**20 секунд**	**6 - 8 в чередовании с ходьбой 3-4 раз**
СТАРШАЯ ГРУППА «Лучики», «Кораблик», «Знайки»	**ЕЖЕДНЕВНО 08.10 – 8.10**	**5-6**	**6-8**	**30 секунд**	**8- 10 в чередовании с ходьбой 4-5 раз**
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА «Колокольчик», «Паровозик», «Пчелки»	**ЕЖЕДНЕВНО 08.20 – 08.32**	**6-8**	**8-10**	**40 секунд**	**10 - 12 в чередовании с ходьбой 5-6 раз**