

График проведения утренней гимнастики:
2024/2025 уч. год (корпус № 1)

Группа	Время проведения	Количество упражнений	Дозировка упражнений	Продолжительность бега	Количество прыжков
II младшая «Карамельки»	8.00 – 8.10	3 - 4	4 – 6 раз	10 сек	6-8 раз
Средняя группа «Непоседы»	8.00 – 8.10	4 - 5	5 - 6 раз	20 сек	8 раз
Старшая группа «Почемучки»	8.10 – 8.20	5 - 6	6 - 8 раз	30 сек	8 раз
Старшая группа «Радуга»	8.20 – 8.30	5 - 6	8 - 10 раз	35 – 40 сек	8 раз

График проведения утренней гимнастики:
2024/2025 уч. год (корпус № 2)

Группа	Время проведения	Количество упражнений	Дозировка упражнений	Продолжительность бега	Количество прыжков
Группа раннего возраста «Звёздочки»	8.00 – 8.10	2 - 3	4 – 5 раз	7 - 10 сек	6-8 раз
I младшая «Солнечные лучики»	8.00 – 8.10	2 - 3	4 – 5 раз	7 - 10 сек	6-8 раз
I младшая «Ромашки»	8.00 – 8.10	2 - 3	4 – 5 раз	7 - 10 сек	6-8 раз
II младшая «Незабудки»	8.00 – 8.10	3 - 4	4 – 6 раз	10 сек	6-8 раз