



Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		Группа раннего возраста	Вторая младшая группа	Смешанная дошкольная логопедическая группа	
				Средняя подгруппа	Подготовительная группа
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 10мин.	3 раза в неделю 15 мин.	2 раза в неделю 20мин.	2 раза в неделю 30мин.
	б) на улице	_____		1 раз в неделю 20мин.	1 раз в неделю 30мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5мин	Ежедневно 6-10мин.	Ежедневно 15мин.	Ежедневно 15 мин.
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30мин.
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15мин.	1 раз в месяц мин. 15	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 30 мин.
	Б) физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно