

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
группы раннего возраста № 1**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.
Физкультурное занятие		10 мин.		10 мин.	
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие	10 мин.		10 мин.		
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Упражнения на ориентировку в пространстве	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	5 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	10 – 15 мин.				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Бытовая деятельность	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Игровая деятельность между занятиями	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Вовремя подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
группы раннего возраста № 12**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.	3 – 5 мин.
Физкультурное занятие		10 мин.			10 мин.
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие	10 мин.		10 мин.		
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Упражнения на ориентировку в пространстве	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	5 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	10 – 15 мин.				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Бытовая деятельность	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Игровая деятельность между занятиями	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Вовремя подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

Режим двигательной активности младшей группы № 3

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие		15 мин.	15 мин.		
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие	15 мин.			15 мин.	
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Упражнения на ориентировку в пространстве	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	8- 10 мин.	8- 10 мин.	8- 10 мин.	8- 10 мин.	8-10 мин.
Игры с подгруппой детей	3 – 5 мин	3 – 5 мин	3 – 5 мин	3 – 5 мин	3 – 5 мин
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8-10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	15-20 мин.				
День здоровья	1 раз в квартал				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Бытовая деятельность	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Вовремя подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

Режим двигательной активности средней группы № 6

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Физкультурное занятие	20 мин.		20 мин.		
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Музыкальное занятие		20 мин.		20 мин.	
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5 - 7 мин.	5 - 7 мин.	5 - 7 мин.	5 - 7 мин.	5 - 7 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	7 - 10 мин.	7 - 10 мин.	7 - 10 мин.	7 - 10 мин.	7 - 10 мин.
Спортивные игры	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8- 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	20 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год в качестве зрителей)	45 мин.				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/в группе	20 - 30 мин.	20 - 30 мин.	20 - 30 мин.	20 - 30 мин.	20 - 30 мин.
Бытовая деятельность	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
старшей группы № 2**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие	25 мин.				25 мин.
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие		25 мин.		25 мин.	
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) Спортивные игры	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8 - 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	25 - 30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	до 60 мин				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
подготовительной группы № 7**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие		30 мин.			30 мин.
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие	30 мин.		30 мин.		
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) Спортивные игры	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8 - 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	25 - 30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	до 60 мин				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

Режим двигательной активности группы № 4 для детей с ТНР

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие	25(30) мин.				25(30) мин.
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие			25(30) мин.	25(30) мин.	
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями				15 мин.	
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работы по физической культуре		до 10 мин.	до 10 мин.		
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	до 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	1 час				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Двигательная деятельность в течении недели	14 часов				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
группы № 5 для детей с ТНР**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие	20(30) мин.			20(30) мин.	
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие		20(30) мин.			20(30) мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.	5-7 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями				15 мин.	
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работы по физической культуре		до 10 мин.	до 10 мин.		
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	до 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	1 час				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Двигательная деятельность в течении недели	14 часов				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
группы № 10 для детей с ТНР**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие	20(30) мин.			20(30) мин.	
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие		20(30) мин.			20(30) мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями				15 мин.	
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работы по физической культуре		до 10 мин.	до 10 мин.		
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	до 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	1 час				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Двигательная деятельность в течении недели	14 часов				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
подготовительной группы № 11 для детей с ТНР**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие	30 мин.			30 мин.	
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие		30 мин.	30 мин.		
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Пальчиковая гимнастика	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) Спортивные игры	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8 - 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	25 - 30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	до 60 мин				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке/ в группе	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.	10 - 15 мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

Режим двигательной активности группы компенсирующей направленности № 9

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие			25 мин.	25 мин.	
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие		25 мин.			25 мин.
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.
Спортивные игры	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями				15 мин.	
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работы по физической культуре	8- 10 мин.		8-10 мин.		
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8- 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	25-30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	1 час				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Двигательная деятельность в течении недели	12 часов				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Вовремя подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №28 комбинированного вида»
(«Детский сад № 28»)

Утверждено:
Приказом «Детский сад № 28»
от 30.08.2024 № 100

**Режим двигательной активности
группы компенсирующей направленности № 8**

Мероприятия	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Организованные виды деятельности					
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурное занятие		25 мин.			25 мин.
Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида деятельности				
Музыкальное занятие	25 мин.			25 мин.	
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Деятельность на воздухе					
Подвижные игры (не менее 2-х раз в день)	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.
Спортивные игры	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями				15 мин.	
Игры с подгруппами детей	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.	6-8 мин.
Индивидуальная работы по физической культуре	8- 10 мин.		8-10 мин.		
Активный отдых					
Игры забавы (по мере надобности)	8- 10 мин.				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	25-30 мин.				
Спортивный праздник (2 раза в год)	1 час				
Самостоятельная двигательная деятельность					
На прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Бытовая деятельность	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.	10мин.
Трудовая деятельность	В течении всего дня по возрасту				
Игровая деятельность между занятиями	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Использование спортивного уголка	В течении всего дня				
Двигательная деятельность в течении недели	12 часов				
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий.				

