Рассмотрен:
на педагогическом совете
протокол № 4
от «30» 08. 2023г.

Подписано электронной подписью: Шевелева Любовь Михайловна

Утвержден:
Приказ № 207 от 31.08.2023г.

Режим двигательной активности детей

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в минутах)					
		Группа раннего возраста	**Первая младшая группа**	**Вторая младшая группа**	**Средняя группа**	**Старшая группа**	**Подготовительная группа**
Физкультурные занятия	в помещении	-	2 раза в неделю (10 - 15)	2 раза в неделю (15 - 20)	2 раза в неделю (20 - 25)	2 раза в неделю (25 - 30)	2 раза в неделю (30 - 35)
	на улице	-	1 раз в неделю (10 -15)	1 раз в неделю (15 - 20)	1 раз в неделю (20 - 25)	1 раз в неделю (25 - 30)	1 раз в неделю (30 -35)
	развитие движений	2 раза в неделю (5 -10)	-	-	-	-	-
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно (5 – 6)	ежедневно (5 - 6)	ежедневно (5 - 6)	ежедневно (6 - 8)	ежедневно (8 - 10)	ежедневно (10 - 12)
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно (5 – 10) утром и вечером	ежедневно (10 - 15) утром и вечером	ежедневно (15 - 20) утром и вечером	ежедневно (20 - 25) утром и вечером	ежедневно (25 - 30) утром и вечером	ежедневно (30 – 40) утром и вечером
	физкультминутки		3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия
Активный отдых	физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30 - 35	1 раз в месяц 40 - 45
	физкультурный праздник	-	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно