

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКО
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИ

№ 15 «СОЛНЫШКО»

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий
 «31» августа 2023 г.

Режим двигательной активности

Формы работы и виды занятий		Количество и длительность (в мин) в зависимости от				
		1 группа раннего возраста (1-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа компенсирующей направленности для детей с ТНР (5-6 лет)	По
Физкультура	в помещении	2 раза в неделю: 10	3 раза в неделю: 15	3 раза в неделю: 20	2 раза в неделю: 25	2 р не 30
	на воздухе	-	-	-	1 раз 25	1 р 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно 5	ежедневно 5	ежедневно 6	ежедневно 10	еж 12
	физкультурные минутки (в середине статического занятия)	ежедневно 2-3	ежедневно 3-5	ежедневно 3-5	ежедневно 3-5	еж 3-5
	двигательная разминка (в перерывах между организованной образовательной деятельностью)	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	еж 10
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 10-15	ежедневно 15-20	ежедневно 20-25	ежедневно 25-30	еж 30
	гимнастика после дневного сна	ежедневно 3-5	ежедневно 5-7	ежедневно 5-7	ежедневно 7-10	еж 10

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
№ 15 «СОЛНЫШКО»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ____ И. В. Феоктистова
«31» августа 2023 г.

Режим двигательной активности

Формы работы и виды занятий		Количество и длительность (в мин) в зависимости от возраста					
		1 группа раннего возраста (1-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа компенсирующей направленности для детей с ТНР (5-6 лет)	Подготовительная группа компенсирующей направленности для детей с ТНР (6-7 лет)	Разно возрастная группа (5-6 лет/6-7 лет)
Физкультура	в помещении	2 раза в неделю: 10	3 раза в неделю: 15	3 раза в неделю: 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30	2 раза в неделю 25/30
	на воздухе	-	-	-	1 раз 25	1 раз 30	1 раз 25/30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно 5	ежедневно 5	ежедневно 6	ежедневно 10	ежедневно 12	ежедневно 10
	физкультурные минутки (в середине статического занятия)	ежедневно 2-3	ежедневно 3-5	ежедневно 3-5	ежедневно 3-5	ежедневно 3-5	ежедневно 3- 5
	двигательная разминка (в перерывах между организованной образовательной деятельностью)	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 10-15	ежедневно 15-20	ежедневно 20-25	ежедневно 25-30	ежедневно 30-40	ежедневно 25-30/30-40
	гимнастика после дневного сна	ежедневно 3-5	ежедневно 5-7	ежедневно 5-7	ежедневно 7-10	ежедневно 10-12	ежедневно 7-10

Самостоятельная двигательная активность	самостоятельные игры и упражнения с использованием физкультурного и спортивно-игрового оборудования в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 10-15 (2-3 г)	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40-45	1 раз в месяц 40-45
	физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45	2 раза в год до 60	2 раза в год до 60	2 раза в год до 60
	день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	физкультурные конкурсы (участие детей с высоким уровнем физического развития)	-	-	-	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год