

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В МБДОУ №8

Формы работы		Количество и деятельность по возрастным группам					
		1 группа раннего возраста (1-2 года)	2 группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Физкультура	2 раза в неделю (по 10 мин)	3 раза в неделю (по 10 мин)	2 раза в неделю (по 15 мин)	2 раза в неделю (по 20 мин)	2 раза в неделю (по 25 мин)	2 раза в неделю (по 30 мин)
	Музыка	-	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
	Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю (3-4 мин)	2 раза в неделю (4-6 мин)	2 раза в неделю (6-8 мин)	2 раза в неделю (8-10 мин)	2 раза в неделю (12 мин)	2 раза в неделю (12 мин)
	Утренняя гимнастика	Ежедневно (4 мин)	Ежедневно (4-5 мин)	Ежедневно (5-6 мин)	Ежедневно (6-8 мин)	Ежедневно (8-10 мин)	Ежедневно (10-12 мин)
	Подвижные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно (5 мин)	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (15-20 мин)	Ежедневно (15-20 мин)	Ежедневно (20-30 мин)	Ежедневно (30-40 мин)
Активные отды	Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	-	-	Ежедневно (15-20 мин)	Ежедневно (15-20 мин)	Ежедневно (15-20 мин)	Ежедневно (15-20 мин)
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	-	-	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5 мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5 мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5 мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5 мин
	Физкультурный досуг	-	-	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 40 мин
	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
Самостоятельная двигательная	Самостоятельное использование оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные игры на прогулке	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно