



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
детского сада «Капелька»
Т.А. Болдырева
«01» сентября 2017 г

Режим двигательной активности на 2017 -2018 учебный год

Формы организации	Особенности организации и длительность				
	Группа раннего развития	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа.	Подготовительная группа
1. Непосредственная образовательная деятельность					
Физическое развитие	2 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	3 раза в неделю 25 мин	3 раза в неделю 30 мин
Музыка (часть занятия)	2 раза в неделю 3-5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 7 мин	2 раза в неделю 9-11 мин	2 раза в неделю 9-11 мин
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня					
Утренняя гимнастика	Ежедневно				
	4-5 мин	6-8мин	8-10 мин	10-12 мин	10-12 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 2-4 раз в день				
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Физические упражнения	Ежедневно на прогулке				
	3-5 мин	5-8 мин	8- 12 мин	12-16 мин	12-16 мин
Физкультурная минутка	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия				
	1-3 мин	1-3 мин	1-3 мин	1-3 мин	1-3 мин
Двигательная разминка	Ежедневно во время перерыва между занятиями с преобладанием статических поз				
	5-6 мин	6-7 мин	8-10 мин	8-10 мин	8-10 мин
Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю				
	3-5 мин	5-10 мин	10 15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно				
	4-5 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин	10-12 мин
Инд и подгр. работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки				
	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10-15 мин	10-15 мин
3. Самостоятельная двигательная деятельность					
Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.					
4. Физкультурно-массовые мероприятия					
Физкультурный досуг	1 раз в месяц				
	15-20 мин	20-30 мин	30-40 мин	40-50 мин	40-50 мин
Физкультурный праздник	1-2 раза в год				
	до 30 мин	30-40 мин	40-50 мин	50-60 мин	50-60 мин