ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E7C567FF99E756E6F2449235C7ECF1D1
Владелец: СЕМИНА ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА
Действителен: с 28.03.2024 до 21.06.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №5
Е.В.Семина
Приказ № 46 от 29.08.2024г

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ детей в ДОУ

Формы работы		Кол-во и длительность по возрастным группам					
		1 группа раннего возраста (1-2года)	**2группа раннего возраста (2-3 года)**	**Младшая группа (3-4 года)**	**Средняя группа (4-5лет)**	**Старшая группа (5-6 лет)**	**Подготовит. группа (6-7лет)**
Физкультура	в помещении	2 раза в неделю	3 раза в неделю 10мин	3 раза в неделю 15мин	3 раза в неделю 20мин	2 раза в неделю 25мин	2 раза в неделю 30мин
	на улице	-	-	-	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Музыка	музыкально-ритмические движения	2 раза в неделю 3-4мин	2 раза в неделю 4-6мин	2 раза в неделю 6-8мин	2 раза в неделю 8-10мин	2 раза в неделю 10-12мин	2 раза в неделю 12-15мин
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 4мин	Ежедневно 4-5мин	Ежедневно 5-6мин	Ежедневно 6-8мин	Ежедневно 8-10мин	Ежедневно 10-12мин
	подвижные игры и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно на прогулке 5мин	Ежедневно на прогулке 10мин	Ежедневно на прогулке 15-20мин	Ежедневно на прогулке 15-20мин	Ежедневно на прогулке 25-30мин	Ежедневно на прогулке 30-40мин
	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 3-5мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5мин	Ежедневно в зависимости от вида занятия 3-5мин
Активный отдых	физкультурный досуг	-	-	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 30-40мин	1 раз в месяц 40мин
	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 деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельная физ.активность в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно