

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 1
от «25» 08 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Д/с №31 «Солнышко»
Мельникова Т.М.
введено приказом
№ 86 от «26» 08 2021 г.

Режим двигательной активности в МБДОУ «Д/с № 31 «Солнышко»

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		2-3 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	3 раза в неделю	3 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
	На улице	-	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 4-5	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	Физкультминутки (в середине статического 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 30-45	1 раз в месяц 40
	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 спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно