

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 детского сада «Солнышко»  
 Быкова Н.В.  
 30 сентября 2022г



**ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА  
 в МБДОУ детский сад «Солнышко»**

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин) в зависимости от возраста детей				
		разновозрастная младшая группа		средняя группа	разновозрастная старшая группа	
		1,5 - 3 года	3 - 4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 10-15	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	на улице	-	-	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10-15	Ежедневно 10-15
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	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 содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-40	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	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	ежедневно (под руководством взрослого)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно (под руководством взрослого)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно