

СОГЛАСОВАНО  
 Врач ГБДОУ № 65  
*Минченко* А.А. Минченко



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий ГБДОУ № 65  
 Н.А. Шавина  
 Приказ от 31.08.2016 № 61-ОД

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ

№ п/п	Формы работы	Младшие и средние группы		Старшие группы	
		Количество	Продолжительность	Количество	Продолжит.
1.	Организованная двигательная деятельность	Ежедневно	5-8 мин	Ежедневно	8-12 мин
	Утренняя гимнастика	2 раза в нед.	10-20 мин	2 раза в нед.	25-30 мин
	Физкультурное занятие	-	-	1 раз в нед.	25-30 мин
	Коррекционная гимнастика (подг. лог. группы)	-	30-40 мин	-	40-50 мин
	Подвижные игры и физические упражнения на первой и второй прогулке	Ежедневно	10-20 мин	Ежедневно	25-30 мин
	Музыкальное занятие	2 раза в нед.	5-10 мин	2 раза в нед.	10-15 мин
	Бодрящая гимнастика	Ежедневно	10-20 мин	Ежедневно	10-20 мин
	Двигательные разминки и физкультурные минутки во время и в перерывах непосредственно образовательной деятельности	Ежедневно	-	Ежедневно	-
2.	Самостоятельная двигательная деятельность с различными физкультурными пособиями	Ежедневно	15 мин	Ежедневно	20 мин
	Утром	Ежедневно	50 мин	Ежедневно	60 мин
	На первой прогулке	Ежедневно	10 мин	Ежедневно	15 мин
	После сна	Ежедневно	40 мин	Ежедневно	50 мин
3.	На второй прогулке	Ежедневно	40 мин	Ежедневно	50 мин
	Бытовая и игровая деятельность	Ежедневно	70 мин	Ежедневно	80 мин
4.	Другие формы работы	Ежедневно	70 мин	Ежедневно	80 мин
	Спортивные игры на улице (на утренней прогулке)	1 раз в нед.	15-20 мин	1 раз в нед.	25-30 мин
	Физкультурный праздник	2 раза в год	60 мин	2 раза в год	60 мин
<b>Двигательная активность детей в день</b>		<b>Итого: 4ч. – 5 ч.</b>		<b>Итого: 5 ч. 30 мин. – 6 ч.</b>	