

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №5

г. Вольска Саратовской области»

Улица Революционная, 29. Телефон 7-10-39

(МДОУ «Детский сад № 5 г.Вольска»)

«Рассмотрено»

на педагогическом совете

Протокол № 1 от «30» 08 2024 г

«Утверждаю»

Заведующий МДОУ № 5

Н.А.Тимофеева

Приказ № 20/1 от «30» 08 2024г

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (мин)				
		Вторая группа раннего возраста (1,5-3 г)	Младшая группа (3-4г)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
Физкультура	в помещении	3 р в неделю (по подгруппам 10 мин)	2 р в неделю (15 мин)	2 раза в неделю (20 мин)	2 раза в неделю (25 мин)	2 раза в неделю (30 мин)
	на улице	-	1 раз в неделю (15 мин)	1 раз в неделю (20 мин)	1 раз в неделю (25 мин)	1 раз в неделю (30 мин)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика (по желанию детей)	-	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (10 мин)	Ежедневно (10 мин)
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно на каждой прогулке (10 мин)	Ежедневно на каждой прогулке (15 мин)	Ежедневно на каждой прогулке (20 мин)	Ежедневно на каждой прогулке (25 мин)	Ежедневно на каждой прогулке (30 мин)
	физкультминутки (в середине ООД)	Ежедневно (по необходимости), в зависимости от вида и содержания занятия (3 мин)	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия (3 мин)	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия (3 мин)	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия (3 мин)	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия (3 мин)
	закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно (5 мин)	Ежедневно (15 мин)	Ежедневно (20 мин)	Ежедневно (25 мин)	Ежедневно (30 мин)
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц (10 мин)	1 раз в месяц (20 мин)	1 раз в месяц (20 мин)	1 раз в месяц (30 мин)	1 раз в месяц (40 мин)
	физкультурный праздник	-	-	2 раза в год (до 45 мин)	2 раза в год (до 60 мин)	2 раза в год (до 60 мин)

Самостоятельная двигательная деятельность

день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в Квартал
самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводятся под руководством воспитателя.				
самостоятельная физическая активность в помещении					
самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке					