

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Новоспасский детский сад № 8
«Южный остров»
И.Д. Головченко

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность занятий * в минутах* в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме	а) утренняя гимнастика	ежедневно			
		10	10	10	10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)			
		15-20	20-25	25-30	30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий			
г) занятия в бассейне	15-20	20-25	25-30	25-30	
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц			
		20	20	30-45	40
	б) физкультурный праздник	2 раза в год			
		-	до 45	до 60	до 60
	в) день здоровья	1 раз в квартал			