

Режим двигательной активности воспитанников МАДОУ «Детский сад № 37»

Формы работы	Возрастные группы, продолжительность в минутах					
	Группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подг. к школе группы
Утренняя гимнастика	5	5	7	8	10	12
Двигательные разминки между непосредственно обр. деятельностью	3-5	5	5	5	5	5
Физкультминутки вовремя непосредственно образовательной деятельности	1	2	2	2	2	2
Физическая культура в помещении	8 (2 р. в нед.)	10 (2 р. в нед.)	15 (2 р. в нед.)	20 (2 р. в нед.)	25 (2 р. в нед.)	30 (2 р. в нед.)
Физическая культура на прогулке 1 раз в неделю	-	10	15	20	25	30
Подвижные игры на свежем воздухе	10	10	15	20	25	30
Спортивные упражнения	10	10	10	10	15	15
Спортивные игры	-	-	-	-	15	15
Упражнения на массажных ковриках после дневного сна	5	5	5	7	10	10
Физкультурный досуг 1 раз в месяц	10	15	20	25	30	30
Физкультурные праздники 2 раза в год	10	20	25	30	35	40
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя в помещении и на открытом воздухе, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					