

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
 Детей № 2**

<i>№</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Виды занятий</i>	<i>Количество идлительностьзан ятийвминутах</i>
1	Физкультурные занятия	В помещении На улице	3 раза в неделю по 15 минут
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка	Ежедневно 8 минут
		Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 минут
		Зарядка после сна	Ежедневно 15-20 мин
		Физкульт минутка (в середине статического занятия)	3-5 минут. Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия
3	Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15 минут
		Физкультурный праздник	2 раза в год до 45 минут
		День здоровья	1 раз в квартал
4	Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно - игрового оборудования	Ежедневно
		Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно
		Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Детей группы № 4

<i>№</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Виды занятий</i>	<i>Количество идлительностьзан ятийвминутах</i>
1	Физкультурные занятия	В помещении На улице	3 раза в неделю по 25 минут
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка	Ежедневно 10 минут
		Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 минут
		Зарядка после сна	Ежедневно 15-20 мин
		Физкульт минутка (в середине статического занятия)	3-5 минут. Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия
3	Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в минут
		Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 минут
		День здоровья	1 раз в квартал
4	Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно - игрового оборудования	Ежедневно
		Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно
		Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ №105
Приказ №13/4 от 31.08.23г

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ Детей группы № 3

<i>№</i>	<i>Формы работы</i>	<i>Виды занятий</i>	<i>Количество идлительностьзан ятийвминутах</i>
1	Физкультурный занятия	В помещении На улице	3 раза в неделю по 30 минут
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка	Ежедневно 10 минут
		Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 минут
		Зарядка после сна	Ежедневно 15-20 мин
		Физкульт минутка (в середине статического занятия)	3-5 минут. Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия
3	Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 40 минут
		Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 минут
		День здоровья	1 раз в квартал
4	Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно - игрового оборудования	Ежедневно
		Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно
		Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно