

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол от 19.09 2020 г. № 2



**Режим двигательной активности в группах  
МАОУ детского сада «Журавушка»  
на 2020 -2021 учебный год**

Формы организации	Особенности организации и длительность			
	Гр. раннего возр.	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
<b>1. Организованная образовательная деятельность</b>				
Физическое развитие (физкультура):				
- в помещении	2 раза в неделю 8 - 10 мин	2 раза в неделю 15 – 20 мин	2 раза в неделю 20 – 25 мин	2 раза в неделю 25-30 мин
- на улице	-	1 раз в неделю 15 – 20 мин	1 раз в неделю 20 – 25 мин	1 раз в неделю 25 – 30 мин
<b>2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня</b>				
Утренняя гимнастика	Ежедневно			
	5 - 10 мин	5 – 10 мин	5 - 10 мин	5 - 10 мин
Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	10 - 15 мин	Ежедневно, на каждой прогулке 15- 20 мин	20-25 мин	25-30 мин
Физкультурная минутка		Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия 3- 5 мин	3 - 5 мин	3-5 мин
Закаливающие процедуры и гимнастика после дневного сна	5 мин	Ежедневно 15-20 мин	15-20 мин	15 – 20 мин
Инд и подгр. работа по развитию движений	Ежедневно, во время прогулки			
	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10-15 мин
<b>3. Самостоятельная двигательная деятельность</b>				
Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей				
<b>4. Физкультурно-массовые мероприятия</b>				
Физкультурный досуг	1 раз в месяц			
	15 мин	20 мин	20 мин	30-45мин
Физкультурный праздник	2 раза в год			
	-	-	До 45 мин	До 60 мин
День здоровья	1 раз в квартал			

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол от 19.09. 2020 г. № 2



## Режим двигательной активности в семейных детских садах МАДОУ детский сад «Журавушка» на 2020 -2021 учебный год

Формы организации

Особенности организации и длительность

СДС «Зайчик»

группа раннего – младшего возраста

СДС «Ромашка»

подготовительная группа

### 1. Организованная образовательная деятельность

Физическое развитие  
(физкультура):  
- в помещении

2 раза в неделю  
10-15/15-20 мин

2 раза в неделю  
30 мин

- на улице

1 раз в неделю  
(младший дошкольный возраст)  
15-20 мин

1 раз в неделю  
30 мин

### 2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня

Утренняя гимнастика

Ежедневно

5-10 мин

5 - 10 мин

Подвижные игры и  
спортивные игры и  
упражнения на прогулке

Ежедневно, на каждой прогулке

10-15 /15 - 20 мин

30 - 40 мин

Физкультурная  
Минутка  
(ежедневно, в зависимости  
от вида и содержания  
занятия)

3- 5 мин  
(младший дошкольный возраст)

3 – 5 мин

Закаливающие процедуры  
и гимнастика после  
дневного сна

Ежедневно

10- 15/15-20 мин

15-20 мин

Инд и подгр. работа по  
развитию движений

Ежедневно, во время прогулки

5-7 мин

15-20 мин

### 3. Самостоятельная двигательная деятельность

Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке.  
Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.

### 4. Физкультурно-массовые мероприятия

Физкультурный досуг

1 раз в месяц

15/20 мин

40 мин

Физкультурный праздник

2 раза в год

До 60 мин

День здоровья

1 раз в квартал

1 раз в квартал

