

**Режим двигательной активности детей во второй группе раннего возраста МБОУ СОШ №5**

№ п/п	Формы работы	2 – 3 года				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
		<i>1-я половина дня</i>				
1	Утренняя гимнастика	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в группе (физ. зале)	10		10		10
3	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5	5	5	5	5
4	Физкультурная минутка (в процессе НОД)	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3
5	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		6-8		6-8	
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	30	20	30	20	20
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	20	20	20	20	20
		<i>2-я половина дня</i>				
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
10	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	10	10	10	10	10
11	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	35	35	35	35
12	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	Всего за день:	195	181	195	181	195
	Физкультурные досуги	<b>1 раз в месяц</b>				
	День здоровья	<b>1 раз в два месяца</b>				
	Спортивные праздники	<b>2 раза в год</b>				
	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	<b>1 раз в два месяца</b>				

**Режим двигательной активности в младшей группе МБОУ СОШ №5**

№ п/п	Формы работы	3 – 4 года				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
		<i>1-я половина дня</i>				
1	Утренняя гимнастика	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	15		15		15
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		10-12		10-12	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5	5	5	5	5
5	Физкультурная минутка (в процессе НОД)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	20	35	20	20
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	20	20	20	20	20
		<i>2-я половина дня</i>				
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
11	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
12	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	35	35	35	35
13	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	Всего за день:	211	206	211	206	211
	Физкультурные досуги	1 раз в месяц				
	День здоровья	1 раз в два месяца				
	Спортивные праздники	2 раза в год				
	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	1 раз в два месяца				

### Режим двигательной активности в средней группе МБОУ СОШ №5

№ п/п	Формы работы	4-5 лет				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
<i>1-я половина дня</i>						
1	Утренняя гимнастика	6-8	6-8	6-8	6-8	6-8
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	15-20		15-20		15-20
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		20		20	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5	5	5	5	5
5	Физкультурная минутка (на занятиях)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	20	35	20	20
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	20	20	20	20	20
<i>2-я половина дня</i>						
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
10	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
11	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	35	35	35	35
12	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	Всего за день:	218	223	218	223	238
	Физкультурные досуги	1 раз в месяц				
	День здоровья	1 раз в два месяца				
	Неделя здоровья	2 раза в год				
	Спортивные праздники	2 раза в год				
	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	1 раз в 2 месяца				

**Режим двигательной активности в старшей группе МБОУ СОШ №5**

№ п/п	Формы работы	5-6 лет				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
<i>1-я половина дня</i>						
1	Утренняя гимнастика	8-10	8-10	8-10	8-10	8-10
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	25		25		25
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		25		25	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5-7	5-7	5-7	5-7	5-7
5	Физкультурная минутка (на занятиях)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	40	35	35	40
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	30	30	30	30	30
<i>2-я половина дня</i>						
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-7	5-7	5-7	5-7	5-7
10	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
11	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	40	35	40	40
12	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	30-35	30-35	30-35	30-35	30-35
	Всего за день:	218	213	213	218	213
	Физкультурные досуги	<b>1 раз в месяц</b>				
	День здоровья	<b>1 раз в два месяца</b>				
	Неделя здоровья	<b>2 раза в год</b>				
	Спортивные праздники	<b>2 раза в год</b>				
	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	<b>1 раз в 2 месяца</b>				