

Принято на педагогическом совете МКОУ Бочанихинской ООШ дошкольной группы «Сказка» Протокол от 09.01.2020 № 1	Утверждаю: Директор школы Кляченок К.А. Приказ от 09.01.2020 № 1/1
--	---

МКОУ Бочанихинская ООШ дошкольная группа «Сказка»

двигательный режим воспитанников

Формы двигательной активности	I младшая подгруппа	II младшая подгруппа	Средняя подгруппа	Старшая подгруппа	Подготовительная к школе подгруппа
Непосредственно образовательная деятельность	27 минут в неделю	45 минут в неделю	60 минут в неделю	75 минут в неделю	90 минут в неделю
Утренняя гимнастика	5 – 7 минут	6 – 8 минут	6 – 8 минут	8 – 10 минут	10 – 12 минут
Упражнения после дневного сна	Ежедневно 9 - 15 минут				
Подвижные игры	Не менее 2 – 4 раз в день				
	6 – 9 минут	6 – 10 минут	10 – 15 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут
Спортивные игры	-	-	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю				
Игры с мячом	5 минут	5 минут	8 – 12 минут	8 – 15 минут	8 – 15 минут
Катание на санках	9 минут -	10 минут	10 минут	15 минут	20 минут
Физкультурные	Ежедневно с подгруппами				

Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами				
	5 минут	10 минут	10 – 12 минут	10 – 15 минут	10 – 15 минут
Спортивные развлечения	1 – 2 раза в месяц				
	10 минут	20 минут	30 минут	30 – 40 минут	40 – 50 минут
Спортивные праздники	2 раза в год				
	-	-	40 минут	50 минут	60 минут
День здоровья	Не реже 1 раза в месяц				
Неделя здоровья	1 раз в квартал				
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно				