

ПРИНЦИП
 решением Педагогического совета
 Г.Е.Д.У. детского сада №124
 комбинированного вида
 Неважского района Санкт-Петербурга
 Протокол №1 от 31 августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Г.Е.Д.У.
 детского сада №124
 комбинированного вида
 Неважского района Санкт-Петербурга
 Д.Г. Яковлева
 Проект от 31.08.2017 г. №86

Режим двигательной активности детей

Возрастная группа	2-3 года			3-4 года			4-5 лет			5-6 лет			6-7 лет			
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
Виды двигательной активности	1 – количество в неделю															
	2 – длительность проведения, мин															
	3 – длительность в неделю, мин															
Утренняя гимнастика	5	5	25	5	6	30	5	8	40	5	10	50	5	12	60	
Непрерывная образовательная деятельность (Физическая культура)	3	10	30	3	15	45	3	20	60	3	25	75	3	30	90	
Физкультминутки	-	-	-	5	2	10	5	3	15	5	5	25	5	5	25	
Непрерывная образовательная деятельность (Музыка)	2	10	20	2	15	30	2	20	40	2	25	50	2	30	60	
Подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулке	5	10	15	5	10	15	5	15	75	5	20	100	5	20	100	
Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей детей. Проводится под наблюдением воспитателей.															
Бодрая гимнастика в сочетании с воздушными ваннами и босохождение	5	10	50	5	15	75	5	20	50	5	25	75	5	25	75	
	Музыкальный досуг	-	-	-	1	15	15	1	20	20	1	25	25	1	30	30
	Спортивный досуг	-	-	-	-	-	-	1 раз в месяц 20 минут	-	-	1 раз в месяц 25 минут	-	-	1 раз в месяц 30 минут	-	-
Самостоятельная двигательная активность детей на прогулке	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей детей. Проводится под наблюдением воспитателей.															
	Подвижные игры на прогулке	5	5	10	5	10	15	5	10	50	5	15	75	5	15	75
	Итого:	~3ч. 50 мин.			~4ч. 30 мин.			~5ч.			~5 ч. 20 мин.			~5 ч. 45 мин.		

Заведующий

Д.Г. Яковлева

