

*Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад №1 «Радуга»*  
**в I младшей группе № 1**

| <b>Формы работы</b>                                     | <b>Виды занятий</b>                                                                       | <b>Количество и длительность занятий<br/>(в мин.)</b> |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Образовательная<br>область<br>«Физическое развитие»     | В помещении                                                                               | 3 раза в неделю до 10 мин.                            |
|                                                         | На улице                                                                                  | -----                                                 |
| Физкультурно-<br>оздоровительная работа<br>в режиме дня | Утренняя гимнастика                                                                       | Ежедневно до 5 мин.                                   |
|                                                         | Подвижные и спортивные<br>игры и упражнения на<br>прогулке                                | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)<br>8-10 мин.       |
|                                                         | Физкультминутки<br>(в середине статического<br>занятия)                                   | -----                                                 |
| Активный отдых                                          | Физкультурный досуг                                                                       | 1 раз в месяц 15 мин.                                 |
|                                                         | День здоровья                                                                             | -----                                                 |
| Самостоятельная<br>двигательная<br>деятельность         | Самостоятельное<br>использование<br>физкультурного и спортивно-<br>игрового оборудования. | ежедневно                                             |
|                                                         | Самостоятельные подвижные<br>и спортивные игры                                            | ежедневно                                             |

*Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад №1 «Радуга» п.Боголюбово*  
**в II младшей группе № 3**

| <b>Формы работы</b>                                     | <b>Виды занятий</b>                                                                       | <b>Количество и длительность занятий<br/>(в мин.)</b> |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Образовательная<br>область<br>«Физическое развитие»     | В помещении                                                                               | 3 раза в неделю до 15 мин.                            |
|                                                         | На улице                                                                                  | -----                                                 |
| Физкультурно-<br>оздоровительная работа<br>в режиме дня | Утренняя гимнастика                                                                       | Ежедневно до 5 мин.                                   |
|                                                         | Подвижные и спортивные<br>игры и упражнения на<br>прогулке                                | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)<br>10-15 мин.      |
|                                                         | Физкультминутки<br>(в середине статического<br>занятия)                                   | -----                                                 |
| Активный отдых                                          | Физкультурный досуг                                                                       | 1 раз в месяц 15 мин.                                 |
|                                                         | День здоровья                                                                             | -----                                                 |
| Самостоятельная<br>двигательная<br>деятельность         | Самостоятельное<br>использование<br>физкультурного и спортивно-<br>игрового оборудования. | ежедневно                                             |
|                                                         | Самостоятельные подвижные<br>и спортивные игры                                            | ежедневно                                             |

*Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад №87»*  
**в средней группе № 2**

| <b>Формы работы</b>                              | <b>Виды занятий</b>                                                             | <b>Количество и длительность занятий<br/>(в мин.)</b>       |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Образовательная область<br>«Физическое развитие» | В помещении                                                                     | 3 раза в неделю до 20 мин.                                  |
|                                                  | На улице                                                                        | -----                                                       |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика                                                             | Ежедневно до 8 мин.                                         |
|                                                  | Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке                            | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20 мин.                  |
|                                                  | Физкультминутки (в середине статического занятия)                               | 3 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий |
| Активный отдых                                   | Физкультурный досуг                                                             | 1 раз в месяц 20 мин.                                       |
|                                                  | День здоровья                                                                   | 2 раза в год                                                |
| Самостоятельная двигательная деятельность        | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования. | ежедневно                                                   |
|                                                  | Самостоятельные подвижные и спортивные игры                                     | ежедневно                                                   |

*Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад №87»*  
**в старшей группе № 4**

| <b>Формы работы</b>                              | <b>Виды занятий</b>                                                             | <b>Количество и длительность занятий<br/>(в мин.)</b>       |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Образовательная область<br>«Физическое развитие» | В помещении                                                                     | 2 раза в неделю до 25 мин.                                  |
|                                                  | На улице                                                                        | 1 раз в неделю до 25 мин.                                   |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика                                                             | Ежедневно до 8 мин.                                         |
|                                                  | Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке                            | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25 мин.                  |
|                                                  | Физкультминутки (в середине статического занятия)                               | 3 мин. Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий |
| Активный отдых                                   | Физкультурный досуг                                                             | 1 раз в месяц 30 мин.                                       |
|                                                  | День здоровья                                                                   | 2 раза в год                                                |
| Самостоятельная двигательная деятельность        | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования. | ежедневно                                                   |
|                                                  | Самостоятельные подвижные и спортивные игры                                     | ежедневно                                                   |

**Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад №1 «Радуга» п. Боголюбово  
в подготовительной группе № 5**

| <b>Формы работы</b>                                     | <b>Виды занятий</b>                                                                       | <b>Количество и длительность занятий<br/>(в мин.)</b>          |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Образовательная<br>область<br>«Физическое развитие»     | В помещении                                                                               | 2 раза в неделю до 30 мин.                                     |
|                                                         | На улице                                                                                  | 1 раз в неделю до 30 мин.                                      |
| Физкультурно-<br>оздоровительная работа<br>в режиме дня | Утренняя гимнастика                                                                       | Ежедневно до 10 мин.                                           |
|                                                         | Подвижные и спортивные<br>игры и упражнения на<br>прогулке                                | Ежедневно<br>2 раза (утром и вечером)<br>30 мин.               |
|                                                         | Физкультминутки<br>(в середине статического<br>занятия)                                   | 3 мин. Ежедневно в зависимости от вида и<br>содержания занятий |
| Активный отдых                                          | Физкультурный досуг                                                                       | 1 раз в месяц 40 мин.                                          |
|                                                         | День здоровья                                                                             | 2 раза в год                                                   |
| Самостоятельная<br>двигательная<br>деятельность         | Самостоятельное<br>использование<br>физкультурного и спортивно-<br>игрового оборудования. | ежедневно                                                      |
|                                                         | Самостоятельные подвижные<br>и спортивные игры                                            | ежедневно                                                      |