

Режим двигательной активности детей в младшей группе на 2018-2019 учебный год

Дни недели	Режим двигательной активности детей 3 - 4лет	Время (мин)
Понедельник	Утренняя гимнастика	6
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	6
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	229
Вторник	Утренняя гимнастика	6
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	6
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	45
	Всего:	244
Среда	Утренняя гимнастика	6
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	6
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	229
Четверг	Утренняя гимнастика	6
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	3
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	45
	Всего:	244
Пятница	Утренняя гимнастика	6
	Физкультминутки (3 раза в день)	6
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	244
Всего недельная нагрузка:		1190/19 ч, 8 мин.
«День здоровья» - 2 раза в год. // Физкультурный досуг (1 раз в месяц) – 20 минут		

Режим двигательной активности детей в средней группе на 2017-2018 учебный год

Дни недели	Режим двигательной активности детей 4-5 лет	Время (мин)
Понедельник	Утренняя гимнастика	8
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	15
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	50
	Всего:	260
Вторник	Утренняя гимнастика	8
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	15
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	240
Среда	Утренняя гимнастика	8
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	15
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	50
	Всего:	260
Четверг	Утренняя гимнастика	8
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Физкультминутки (3 раза в день)	15
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	240
Пятница	Утренняя гимнастика	8
	Физкультминутки (3 раза в день)	15
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	180
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Организованная и самостоятельная двигательная активность детей в группе	50
	Всего:	260
Всего недельная нагрузка:		1260/21 ч
«День здоровья» - 2 раза в год. // Физкультурный досуг (1 раз в месяц) – 20 минут		

Режим двигательной активности детей в старшей группе на 2018-2019 учебный год

Дни недели	Режим двигательной активности детей 5-6 лет	Время (мин)
Понедельник	Утренняя гимнастика	10
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	21
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	55
	Всего:	293
Вторник	Утренняя гимнастика	10
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	21
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	268
Среда	Утренняя гимнастика	10
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	21
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	55
	Всего:	293
Четверг	Утренняя гимнастика	10
	Ритмика	25
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	21
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
Всего:	293	
Пятница	Утренняя гимнастика	10
	Физкультминутки (3 раза в день)	21
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	55
	Всего:	293
Всего недельная нагрузка:		1440/24 ч
«День здоровья» - 3 раза в год. // Физкультурный досуг (1 раз в месяц) – 30 минут		

Режим двигательной активности детей в подготовительной группе на 2018-2019 учебный год

Дни недели	Режим двигательной активности детей 6-7 лет	Время (мин)
Понедельник	Утренняя гимнастика	12
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Организованная деятельность по физической культуре	30
	Физкультминутки (3 раза в день)	30
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	309
Вторник	Утренняя гимнастика	12
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	30
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	279
Среда	Утренняя гимнастика	12
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Организованная деятельность по физической культуре	30
	Физкультминутки (3 раза в день)	30
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	309
Четверг	Утренняя гимнастика	12
	Организованная деятельность по физической культуре на воздухе	30
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Физкультминутки (3 раза в день)	30
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	309
Пятница	Утренняя гимнастика	12
	Физкультминутки (3 раза в день)	30
	Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке (I и II пол. дня)	200
	Корректирующая гимнастика после сна	7
	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	30
	Всего:	279
Всего недельная нагрузка:		1485/25 ч
«День здоровья» - 2 раза в год // Физкультурный досуг (1 раз в месяц) – 35 минут		