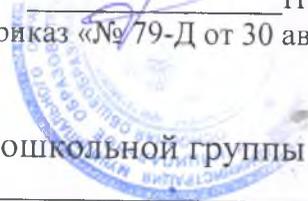


УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОУ Ново-Томышевской ош  
 Н.В. Балукова  
 Приказ № 79-Д от 30 августа 2023 г



Режим двигательной активности разновозрастной дошкольной группы

Форма работы	Вид деятельности	Количество и длительность занятий	
		Младшая-средняя 3-5 лет	Старшая-подготовительная 5-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 15-20 минут	2 раза в неделю 25-30 минут
	На улице	2 раза в неделю 15-20 минут	2 раза в неделю 25-30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме	Утренняя гимнастика	ежедневно	
		8-10 минут	10-12 минут
	Подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)	
		15-20 минут	25-30 минут
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	
		2 минуты на каждые 8 минут	2 минуты на каждые 15 минут
	Динамические паузы	Ежедневно	
10 минут между занятиями		10 минут между занятиями	
Гимнастика после пробуждения	Ежедневно		
	6-8 минут	8-10 минут	
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное пользование физкультурного и спортивного инвентаря	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе	
	Самостоятельные подвижные игры	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе	
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	
		20 минут	25-30 минут
	Физкультурный праздник	2 раза в год зима/лето	
		20-30 минут	35-40 минут