

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 16»**


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующая МБДОУ «Детский сад № 16»
 И.Ю. Дрягина
 2026г.

Режим двигательной активности детей в МБДОУ «Детский сад № 16»

№ п/п	Виды занятий и формы работы	Возрастные группы, особенности организации и продолжительность деятельности			
		Младшая группа	Средняя группа	Старшая Группа 1,2	Компенсирующая группа
1.	Образовательная деятельность по физкультуре	2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз на свежем воздухе	2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз на свежем воздухе	2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз на свежем воздухе	2 раза в неделю в физкультурном зале, 1 раз на свежем воздухе
2.	Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня:				
2.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно Не менее 10 минут	Ежедневно Не менее 10 минут	Ежедневно Не менее 10 минут	Ежедневно Не менее 10 минут
2.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (на утренней и вечерней прогулке)			
		15 – 20 мин	20 – 25 мин	25– 30 мин	30 – 40 мин
		В дни проведения физкультурной образовательной деятельности			
		6 – 10 мин. 5 – 10 мин	8 – 10 мин 8 – 12 мин	10–12 мин 10 -15 мин	12- 15 мин 10 – 15 мин
2.3	Физкультурная минутка	Ежедневно по мере необходимости 2 -3 мин в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности			
3.	Активный отдых	1 раз в месяц	1 раз в месяц	25-30 мин	30 – 45 мин
3.1	Физкультурный досуг	15 мин.	20 мин		
3.2	Физкультурный праздник		Не менее 2 раза в год до 30 мин	Не менее 2 раз в год до 1 часа	
3.3	Неделя здоровья	Один раз в год			

4	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под наблюдением воспитателя			
5	Игры с водой	1 раз в неделю 10-15 мин	1 раз в неделю 10-20 мин	1 раз в неделю 20-25 мин	1 раз в неделю 25-30 мин