

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В МБДОУ д/с №47 в 2024-2025 учебном году
 (Разработан в соответствии с СП и нормами СанПиН 1.2.3685-21)

НОД и форма двигательной активности	Продолжительность, минуты					Особенности организации
	1 –я младшая группа	2 –я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа	
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ НАГРУЗКА						
Физическая культура	10	15	20	25	30	3 раза в неделю. Для детей 5-7 лет третье занятие проводится круглогодично при хорошей погоде на улице.
Физкультурно-оздоровительная деятельность						
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	Ежедневно на улице в теплое время года, в спортивном зале, группах
Двигательная разминка во время перерыва между ОД						Ежедневно в группах.
Физкультминутка						Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий, состояния здоровья детей.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулках						Ежедневно, во время прогулок, организуются воспитателем по 2 подвижной и 2 малоподвижной игре..
Подвижные игры и физические упражнения в группах						Ежедневно утром и вечером по 1-2 подвижной игре
Индивидуальная работа с детьми по						Ежедневно, во время вечерней прогулки.

освоению основных видов движений (ОВД)						
Гимнастика на кроватях после дневного сна, дыхательная гимнастика, самомассаж, закаливающие мероприятия по графику ст.медсестры.						Ежедневно, после сна.
Активный отдых						
Целевые прогулки	-	10-15	15-20	25-30	25-30	Младшие, средние группы – 1 раз в 2 недели. Старшие, подготовительные группы – 1раз в неделю
Физкультурно-спортивные праздники	-	-	20-30	30-40	30-40	2 раза в год на открытом воздухе или в зале
Дни здоровья, каникулы	-	-	-	-	-	Дни здоровья – 1 раз в квартал. Каникулы – 2 раза в год (январь, июнь – август). Отменяются все виды ОД. Двигательный режим насыщается спортивными играми, соревнованиями, прогулками и т. д. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья
Самостоятельная двигательная деятельность	-	-	-	-	-	Ежедневно (в группе и на прогулке), под руководством воспитателя. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья