

Режим двигательной активности детей

Формы работы	Виды занятий	Группа раннего возраста	Младшая разновозрастная	Средняя разновозрастная	Подготовительная разновозрастная
Физкультурно-оздоровительная работа	Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно (утром и вечером)	ежедневно (утром и вечером)	ежедневно (утром и вечером)	ежедневно (утром и вечером)
	Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год	2 раза в год
	«День здоровья»	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно