

*ПРИЛОЖЕНИЕ 14*

*к ООП ДО МБДОУ «Детский сад № 32  
комбинированного вида»*

Рассмотрен на педагогическом совете  
протокол № 1 от 31.08.2022 год

Утверждён  
приказ № от 31.08.22 год

**Режим двигательной активности**

**Режим двигательной активности в средней группе № 1 общеразвивающей направленности на 2022-2023 уч. год  
( в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8
Физическая культура	20		20		20 (на прогулке)
Музыка		12		12	
Физкультминутки между частями НОД	2	2	2	2	2+2
Игры в промежутке между занятиями					6
Дневная прогулка п/и и с/и	15	15	15	15	10
Бодрящая гимнастика после сна	8	8	8	8	8
Вечерняя прогулка п/и	15	15	15	15	15
<b>Итого</b>	<b>1 час 08 мин.</b>	<b>1 час 00мин.</b>	<b>1 час 08 мин.</b>	<b>1 час 00 мин.</b>	<b>1 час 11 мин.</b>

**Всего в неделю 5 часов 27 мин.**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 25-30 минут

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 25-30 минут

Физкультурный праздник - 30 минут (летний, зимний)

Дни здоровья 2 раза в год - 25-30 минут

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

**Режим двигательной активности в средней группе № 2 общеразвивающей направленности на 2022-2023 уч. год  
(в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8
Физическая культура		20		20	20 (на прогулке)
Музыка	12		12		
Физкультминутки между частями НОД	2	2	2+2	2	2
Игры в промежутке между образовательной деятельностью			8		
Дневная прогулка п/и , с/и	15	15	15	15	10
Бодрящая гимнастика после сна	8	8	8	8	8
Вечерняя прогулка п/и	15	15	15	15	15
<b>Итого</b>	<b>1 час 00мин.</b>	<b>1 час 8 мин.</b>	<b>1 час 10мин.</b>	<b>1 час 08 мин.</b>	<b>1 час 03мин.</b>

**Всего в неделю 5 часов 29 минут**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 25-30 минут

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 25-30 минут

Физкультурный праздник - 30 мин. (летний, зимний)

Дни здоровья 2 раза в год - 25-30 минут

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

**Режим двигательной активности в младшей группе общеразвивающей направленности на 2022-2023уч. год (в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	6	6	6	6	6
Физическая культура	15	15 (на прогулке)		15	
Музыка			10		10
Физкультминутки между частями НОД	2	2+2	2	2	2
Игры в промежутке между образовательной деятельностью		7			
Дневная прогулка п/и	12	10	12	12	12
Бодрящая гимнастика после сна	7	7	7	7	7
Вечерняя прогулка п/и	10	10	10	10	10
<b>Итого</b>	<b>52 мин.</b>	<b>52 мин.</b>	<b>47мин.</b>	<b>52 мин.</b>	<b>47 мин.</b>

**Всего в неделю 4 часа 10 мин.**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 20 – 25 минут

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 20 – 25 минут

Дни здоровья 2 раза в год - 20 – 25 минут

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

**Режим двигательной активности в группе раннего возраста на 2022-2023 уч. год (в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Физическая культура		10		10	10 (на прогулке)
Музыка	7		7		
Физкультминутки между частями НОД	2	2	2	2	2
Дневная прогулка п/и	10	10	10	10	7
Бодрящие упражнения после дневного сна	5	5	5	5	5
Вечерняя прогулка п/и	10	10	10	10	10
<b>Итого</b>	<b>39 мин.</b>	<b>42 мин.</b>	<b>39 мин.</b>	<b>42 мин.</b>	<b>39 мин.</b>

**Всего в неделю 3 часа 21 минута**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 15 – 20 минут

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 15 – 20 минут

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

**Режим двигательной активности в старшей группе общеразвивающей  
направленности на 2022-2023 уч.год (в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
Физическая культура	25(на прогулке)	25		25	
Музыка			15		15
Физкультминутки между частями НОД	3+3	3+3	3+3	3	3
Игры в промежутке между занятиями	10				
Дневная прогулка п/и , с/и	15	20	20	20	20
Бодрящая гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка п/и	15	15	15	15	10
<b>Итого</b>	<b>1 час 31 мин.</b>	<b>1 час 26 мин.</b>	<b>1 час 16мин.</b>	<b>1 час 23мин.</b>	<b>1 час 08 мин.</b>

**Всего в неделю 6 часов 44минуты**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 30-40 минут

Физкультурный праздник 1 час (летний, зимний)

Дальняя прогулка 1 раз в квартал

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 30-40 минут

Дни здоровья 2 раза в год -40-60 минут

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

**Режим двигательной активности в подготовительной группе  
общеразвивающей направленности на 2022-2023 уч. год (в минутах).**

<b>Формы работы</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
Физическая культура		30(на прогулке)	30		30
Музыка	20			20	
Физкультминутки между частями непосредственно образовательной деятельности	3+3	3+3	3+3	3	3+3
Игры в промежутке между занятиями		10	10		10
Дневная прогулка п/и , с/и	25	15	25	25	25
Бодрящая гимнастика после сна	10	10	10	10	10
Вечерняя прогулка п/и	15	15	15	15	15
<b>Итого</b>	<b>1час 26 мин.</b>	<b>1 час 36мин.</b>	<b>1час 46мин.</b>	<b>1 час 23мин.</b>	<b>1 час 46 мин.</b>

**Всего в неделю 7 часов 53 минут**

Физкультурный досуг 1 раз в месяц - 30-40 минут

Музыкальный досуг 1 раз в месяц - 30-40 минут

Физкультурный праздник 1 час (летний, зимний)

Дни здоровья 2 раза в год -40-60 минут

Дальняя прогулка 1 раз в квартал

Самостоятельная двигательная активность по желанию детей.

