

Режим двигательной активности

Формы работы и виды занятий		Количество и длительность (в мин) в зависимости от возраста			
		Разновозрастная группа раннего младшего возраста (1,5-2/2-3 года)	Разновозрастная младше-средняя группа (3-4 / 4-5 лет)	Разновозрастная старше-подготовительная группа (5-6 лет/ 6-7 лет)	
Физкультура	в помещении	2 раза в неделю:10	3 раза в неделю:15	3 раза в неделю: 20/25	2 раза в неделю25/30
	на воздухе	-	-	- 1 раз 20/ 25	1 раз 25/30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно 10	ежедневно 10	ежедневно10	ежедневно10
	физкультурные минутки (в середине статического занятия)	Ежедневно 2-3	ежедневно 3-5	Ежедневно 3-5	Ежедневно 3- 5
	двигательная разминка (в перерывах между организованной образовательной деятельностью)	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 10-15	ежедневно 15-20	ежедневно20-25	ежедневно 25-30/30-40
	гимнастика после дневного сна	ежедневно 3-5	ежедневно 5-7	ежедневно5-7	ежедневно7-10
Самостоятельная двигательная активность	самостоятельные игры и упражнения с использованием физкультурного и спортивно- игрового оборудования в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 10-15 2-3г	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-40	1 раз в месяц 40-45
	физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45	2 раза в год до 60
	день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	физкультурные конкурсы (участие детей с высоким уровнем физического развития)	-	-	-	2 раза в год

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ЧДОУ РО "НЕРПЦ(МП)" "ПРАВОСЛАВНЫЙ ДЕТСКИЙ САД ИМЕНИ ПРЕПОДОБНОГО СЕРГИЯ РАДОНЕЖСКОГО ГОРОДА БОР", ЗУЕВА ТАТЬЯНА ВАСИЛЬЕВНА, ЗАВЕДУЮЩАЯ

11.09.25 15:34 (MSK)

Сертификат 022200CB0024B3DFBB46254EDC48B2DD6D