Режим двигательной активности детей в МБДОУ д/с № 32 в течение дня 2022-2023 уч. год

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы работы** | **Время проведения** | **Группа раннего возраста** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| Утренняя гимнастика | ежедневно | 4-5 мин. | 5-6 мин. | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12 мин. |
| Двигательная  деятельность (физкультурное) | 3 раза в неделю | 10 мин. | 15 мин. | 20 мин. | 25 мин. | 30 мин. |
| Физкультминутки | ежедневно | 1-3 мин. | 1-3 мин. | 1-3 мин. | 1-3 мин. | 1-3 мин. |
| Двигательная разминка в перерыве между  занятиями | ежедневно | 10 мин. | 10 мин. | 10 мин. | 10 мин. | 10 мин. |
| Подвижные игры/  спортивные игры | ежедневно | 18-25 мин. | 25-30 мин. | 30-35 мин. | 35-40 мин. | 45 мин. |
| Закаливающие  процедуры | ежедневно | 10 мин. | 10 мин. | 10 мин. | 15 мин. | 15 мин. |
| Гимнастика пробуждения | ежедневно | 4-5 мин. | 5-6 мин. | 6-8 мин. | 8-10 мин. | 10-12 мин. |
| Индивидуально коррекционная работа | ежедневно | до 20 мин. | до 20 мин. | до 20 мин. | до 20 мин. | до 20 мин. |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц | - | 15-20 мин. | 20 мин. | 25-30 мин. | до 40 мин. |
| Физкультурные праздники | 2 раза в год | 10-15 мин. | 20 мин. | 45 мин. | 60 мин. | 60 мин. |
| Музыкальная деятельность | 2 раза в неделю | 10 мин. | 15 мин. | 20 мин. | 25 мин. | 30 мин. |
| Самостоятельная двигательная  деятельность | ежедневно | до 60 мин. | до 80 мин. | до 90 мин. | до 100 мин. | до 110 мин. |
| Пешие прогулки и экскурсии | 1 раз в месяц | - | - | 20 мин. | 25 мин. | 30 мин. |
| Свободная двигательная активность в вечернее время под наблюдением  родителей |  | до 30 | до 45 | до 45 | до 45 | до 45 |

Решение задач развития детей в образовательной области *ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ* происходит через следующие виды деятельности:

игровую, двигательную, музыкальную, коммуникативную.