ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБУ детского сада №116 «Сол
протокол №1 от 29.08.2022г.

ЭП

OU=заведующий,
O="МБУ детский сад №116 "" Солнечный"""",
CN=Ладыка Екатерина Георгиевна,
E=ch9ard116@edu.tgl

УТВЕРЖДЕНО
Приказом Заведующего
МБУ № 116 Солнечный»
_____Ладыка Е.Г.
№5 от 29.08.2022г.

Двигательный режим МБУ детского сада №116 «Солнечный» на 2023-2024 учебный год

№	Формы работы	Кол-во в неделю (в минутах)/возраст						Длит-ть
		1,6-2	2-3	3-4	4-5	5-6	6-7	
1.Физкультурно-оздоровительные мероприятия.								
1.1	Утренняя гимнастика	5*5 =25	5*5 =25	6*5 =30	8*5 =40	10*5 =50	10*5 50	Ежедневно в течение года
1.2	НОД по физическому развитию в физзале (в т.ч.в бассейне)	12*2 =24	12*2 =24	15*3 =45	20*3 =40	25*3 =75	30*3 =90	2-3 р в нед в теч года
1.3	НОД по физическому развитию на открытом воздухе	-	-	-	-	25	30	1 р в нед с сентября по май
1.4	Физминутки	1*5 =5	1*5 =5	2*5 =10	2*5 =10	4*5 =20	4*5 =20	Ежедневно
1.5	Подвижные игры на прогулке	5*10 =80	6*10 =80	8*10 =80	10*10 =100	12*10 =120	14*10 =140	Ежедневно утром и вечером
1.6	Гимнастика после дневного сна – побудка	5*5 =25	5*5 =25	7*5 =35	10*5 =50	12*5 =60	15*5 =75	Ежедневно
1.7	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно утром и вечером						
2.Самостоятельная двигательная активность.								
2.1	Самостоятельная двигательная деят-ть детей	5*10 =50	5*10 =50	7*10 =70	10*10 =100	12*10 =120	15*10 =150	Ежедневно утром и вечером
3.Физкультурно-массовые мероприятия								
3.1	Физкультурный досуг	1-2 р в мес						
3.2	Физкультурный праздник	2 р в год						
4.Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи								
4.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях (праздники, развлечения, занятия)	Во время проведения физ. досугов, праздников и по желанию родителей.						