

Режим двигательной активности детей в группе раннего возраста №1

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	10 мин	-	10 мин	-	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	10 мин.
Музыкальное занятие	-	10 мин.	-	10 мин.	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	60 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	40 мин	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Итого в день (в мин.)	470	470	470	470	460

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в группе раннего возраста №2

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	-	10 мин.	-	10 мин.	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	10 мин.	-	-
Музыкальное занятие	10 мин.	-	-	-	10 мин.
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	55 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	40 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	40 мин	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Итого в день (в мин.)	475	470	450	470	460

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в средней группе №3

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	80 мин.	80 мин.	80 мин.	80 мин.	80 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	20 мин.	-	-	-	10 мин.
Физкультурные занятия на улице	-	-	20 мин.	-	-
Музыкальное занятие	-	20 мин.	-	20 мин.	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	60 мин.	40 мин.	60 мин.	40 мин.	60 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	30 мин.	40 мин.	50 мин.	50 мин.	30 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	110 мин.	110 мин.	110 мин.	110 мин.	110 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Итого в день (в мин.)	455	445	455	455	455

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в младшей группе №4

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	15 мин.	-	-	-	-
Физкультурные занятия в зале	-	-	15 мин.	-	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	15 мин.
Музыкальное занятие	-	15 мин.	-	15 мин.	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	35 мин.	25 мин.	55 мин.	40 мин.	55 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	35 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	115 мин.	115 мин.	130 мин.	115 мин.	115 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Итого в день (в мин.)	405	395	440	410	300



Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.03.2021г. №145-од

Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в средней группе №5

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	20 мин.	-	-	-	10 мин.
Физкультурные занятия на улице	-	-	20 мин.	-	-
Музыкальное занятие	-	20 мин.	-	20 мин.	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	60 мин.	40 мин.	60 мин.	50 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-	10 мин.
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	50 мин.	30 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Итого в день (в мин.)	455	455	455	455	455

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од

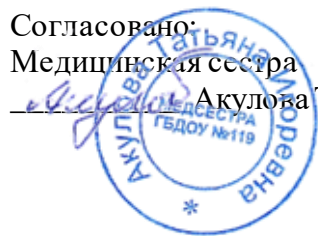


Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в подготовительной группе №6

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	30 мин.	-	30 мин.	-	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	30 мин.
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
П/и на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Подготовка к прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	15 мин.	55 мин.	15 мин.	55 мин.	55 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Музыкальное занятие	-	30 мин.	-	30 мин.	-
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	105 мин.	80 мин.	105 мин.	80 мин.	80 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
П/и на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Итого в день (в мин.)	405	420	405	420	420

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в старшей группе №7

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в спортивном зале	-	25 мин.	-	25 мин.	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	25 мин.
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	35 мин.	60 мин.	35 мин.	60 мин.	60 мин.
П/и на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Подготовка к прогулке,	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	50 мин.	25 мин.	50 мин.	50 мин.	30 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	85 мин.	105 мин.	85 мин.	85 мин.	105 мин.
Музыкальное занятие	25 мин	-	25 мин	-	-
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
П/и на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	35 мин.	40 мин	35 мин	35 мин	40 мин
Итого в день (в мин.)	450	475	450	475	480

Согласовано:
Медицинская сестра
Азулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в младшей группе №8

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	-	-	15 мин.	-	-
Физкультурные занятия в зале	-	-	-	-	15 мин.
Физкультурные занятия на улице	15 мин.	-	-	-	-
Музыкальное занятие	-	15 мин.	-	15 мин.	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	65 мин.	30 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
П/и на утренней прогулке	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	30 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Итого в день (в мин.)	420	395	405	405	405

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в старшей группе №9

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	25 мин.	-	25 мин.	-	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	25 мин.
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	30 мин.	40 мин.	30 мин.	55 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Подготовка к прогулке,	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.	55 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.
Музыкальное занятие	-	25 мин.	-	25 мин.	-
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.
Итого в день (в мин.)	445	445	445	445	445

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

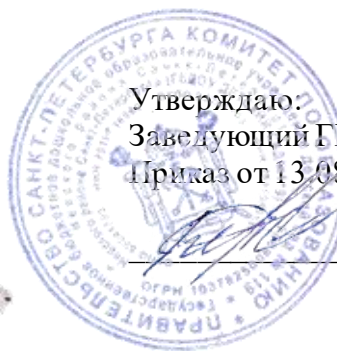
Режим двигательной активности детей в средней группе №10

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	-	-	-	20 мин.	20 мин.
Физкультурные занятия на улице	-	20 мин.	-	-	-
Музыкальное занятие	20 мин.	-	20 мин.	-	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	40 мин.	60 мин.	40 мин.	60 мин.	60 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.	-
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	50 мин.	30 мин.	50 мин.	30 мин.	30 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	110 мин.	110 мин.	110 мин.	110 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	15 мин.
Итого в день (в мин.)	445	425	445	445	440

Согласовано:
Медицинская сестра
Акудова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в подготовительной группе №11

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.	95 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в зале	-	30 мин.	-	30 мин.	-
Физкультурные занятия на улице	-	-	30 мин.	-	-
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
П/и на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	-	15 мин.	15 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	15 мин.	-	-	-	15 мин.
Подготовка к прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	55 мин.	30 мин.	55 мин.	30 мин.	55 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	90 мин.	95 мин.	90 мин.	95 мин.	90 мин.
Музыкальное занятие	30 мин.	-	-	-	30 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
П/и на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	30 мин.	15 мин.	30 мин.	15 мин.	30 мин.
Итого в день (в мин.)	450	400	420	400	450

Согласовано:
Медицинская сестра
Акулова Т.Ю.



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ №119
Приказ от 13.08.2021г. №145-од



Тюляндина Ю.А.

Режим двигательной активности детей в младшей группе №12

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.	90 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	-	-	-	15 мин.	-
Физкультурные занятия в зале	-	15 мин.	-	-	-
Физкультурные занятия на улице	15 мин.	-	-	-	-
Музыкальное занятие	-	-	15 мин.	-	15 мин.
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	65 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
П/и на утренней прогулке	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Подготовка к прогулке,	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	25 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
II половина дня:					
Гимнастика после дневного сна	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкальный досуг	2 раза в месяц				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц				
Физкультурный досуг	1 раз в квартал				
Физкультурный праздник	2 раза в год				
Подготовка к прогулке,	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.	120 мин.
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
П/и на вечерней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельные игры детей в группе	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Итого в день (в мин.)	420	420	420	420	420