Согласовано:
Медсестра
_____ Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей группы раннего возраста №1
(2 – 3 года)

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	-	-	-	-	-
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					
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	465	445	465	455

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности
Для детей группы раннего возраста №2
(2 – 3 года)

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.	10 мин.
Физкультурные занятия на улице	-	-	-	-	-
Музыкальное занятие	10 мин.	-	10 мин	-	
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	-	-	-	-	-
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					
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	465	445	465	455

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в подготовительной группе №3 (6 -7 лет)

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня					
Взаимодействие с родителями, приём детей, осмотр, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельные игры, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	95 мин	7:00 – 8:35	7:00 – 8:35	7:00 – 8:35	7:00 – 8:35
Подготовка к завтраку. КГН. **Завтрак**.	15 мин	8:35 – 8:50	8:35 – 8:50	8:35 – 8:50	8:35 – 8:50
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	10 мин	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00	8:50 – 9:00
Занятия	30 мин	9.00 – 9.30 Физкультура	9.00 – 9.30 ФЭМП	9.00 – 9.30 ФЭМП	9.00 – 9.30 Ознак. с окруж.миром
Динамическая перемена	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Игры, индивидуальная работа	-	-	-	-	15 мин
Занятия	30 мин.	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Игры, индивидуальная работа	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	5 мин
Подготовка ко 2 завтраку. **Второй завтрак.**	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к прогулке.	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Прогулка	90 мин	90 мин	45 мин	10.55 – 12.20	90 мин
Подготовка к занятиям	-		10 мин		
Занятия	-	-	30 мин	30 мин	-
Спокойные игры. Подготовка к обеду. КГН.	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Обед	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Подготовка ко сну. КГН **Дневной сон**	150 мин	150 мин	150 мин	150 мин	150 мин
II половина дня					
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подготовка к полднику. **Полдник**	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Совместная деятельность воспитателя с детьми по образовательным областям/ Занятия	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
ЧХЛ, самостоятельные игры, индивидуальная работа.	30 мин	30 мин	30 мин	1/3 неделя: 5 мин 2/4 неделя: 30 мин	30 мин
Музыкальный досуг				1/3 неделя 30 мин	
Подготовка к прогулке.	15 мин	15 мин	15 мин	1/3 неделя: 10 мин 2/4 неделя: 15 мин	15 мин
Прогулка, взаимодействие с родителями	120 мин	120 мин	120 мин	120 мин	120 мин

Согласовано:
Медсестра
_____ Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ № 4 (5-6 лет)

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I-ая половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.		10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в спортивном зале		.	25 мин	25 мин.	
Музыкальные занятия		-	-		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	15 мин.	30 мин.	15 мин.	15 мин.	40 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	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
II-ая 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	60 мин.	60 мин	60 мин	60 мин	60 мин
Музыкальное занятие		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	30 мин.	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Итого в день (в мин.)	330	330	330	330	330

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга

_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности для детей старшей группы №5
(5 – 6 лет)

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I-ая половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.		10 мин.	10 мин.
Физкультурные занятия в спортивном зале		25 мин.		25 мин.	
Музыкальные занятия	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	15 мин.	30 мин.	15 мин.	15 мин.	40 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	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
II-ая 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	60 мин.	60 мин	60 мин	60 мин	60 мин
Музыкальное занятие		.	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	30 мин.	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Итого в день (в мин.)	330	330	330	330	330

Согласовано:
Медсестра
_____ Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в средней группе № 6
(4 – 5 лет)

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 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	30 мин.	30 мин.	20 мин.	30 мин.	30 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.	10 мин
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	30 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				
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	45 мин.	45 мин.	45 мин.	45 мин.	45 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.)	**240**	**250**	**250**	**240**	**235**

Согласовано:
Медсестра:
_____/Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ПЕРВОЙ ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА № 8

(1,5 – 2 года)

Вид деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Самостоятельная двигательная активность на прогулке и в группе	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.	60 мин.
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Занятие - ОО «Физическаякультура»	-	10 мин.	10 мин.	10 мин.	-
Занятие - ОО «Художественно-эстетическое развитие» - Музыка	10 мин.	-	-	-	-
Занятие - ОО «Художественно-эстетическое развитие» - Музыка (в группе)	-	-	-	-	10 мин
Индивидуальная работа по Закреплению ОВД и физических упражнений на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Динамическая перемена	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физминутка	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Бодрящая гимнастика последневного сна	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Индивидуальная работа по Закреплению ОВД и физических упражнений 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
ИТОГО в течение дня:	**138**	**138**	**138**	**138**	**138**

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга

_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в младшей группе №9
(3 – 4 года)

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Самостоятельная двигательная активность ежедневно на прогулке и в группе	70 мин.	70 мин.	70 мин.	70мин.	70 мин.
Подвижные игры на утренней прогулке ежедневно	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	-	-	5мин	-	-
Физкультурные занятия в зале	-	5мин	-	-	-
Физкультурные занятия на улице		-	-	-	15мин-
Музыкальное занятие	15мин-		-	-	-
Музыкальное занятие в группе	-		15мин-	-	-
Индивидуальная работа по закреплению ОВД и физических упражнений на утренней прогулке	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
П/и и спортивные игры ежедневно на прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин
II половина дня:					
Бодрящая гимнастика после дневного сна	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Музыкальный досуг	1 раза в две недели 15 мин				
Спортивные праздники и развлечения	2 раз в год 15 мин				
Спортивные досуги	1 раз в месяц 15 мин				
День здоровья	1 раз в квартал 15 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.	5 мин.	15 мин.
Итого в день (в мин.)	222	222	222	222	222

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга

_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в подготовительной группе № 10

Вид деятельности по физической активности	**Понедельник**	**Вторник**	**Среда**	**Четверг**	**Пятница**
Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Динамическая перемена	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Занятие - ОО «Физическаякультура»	30 мин	-	30 мин	-	30 мин
Занятие - ОО «Художественно-эстетическое развитие» - Музыка	-	30 мин	-	30 мин	-
Физминутка	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
Подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Бодрящая гимнастика последневного сна	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Музыкальные вечера досугов	1 раз в 2 недели 30 мин.				
Спортивные досуги	1 раз в месяц 30 мин.				
Спортивные праздники и развлечения	3 раза в год				
День здоровья	1 раз в год (апрель)30 мин.				
Индивидуальная работа по Закреплению ОВД и физических упражнений на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
П/и на утренней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Индивидуальная работа по Закреплению ОВД и физических упражнений 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.
Самостоятельная двигательная активность	110-120	110-120	110-120	110-120	110-120
ИТОГО в течение дня:	280	280	280	280	280

Согласовано:
Медсестра
_____Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга
_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в средней группе № 11

Виды деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I половина дня:					
Общение и деятельность по интересам детей в группе во время утреннего приёма	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 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	30 мин.	30 мин.	20 мин.	30 мин.	30 мин.
П/и на утренней прогулке	10 мин.	10 мин	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физические упражнения на утренней прогулке	10 мин.	-	10 мин.	10 мин.	10 мин
Самостоятельная деятельность детей на утренней прогулке	30 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				
Самостоятельная деятельность детей на вечерней прогулке	45 мин.	45 мин.	45 мин.	45 мин.	45 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.)	**240**	**250**	**250**	**240**	**235**

Согласовано:
Медсестра
_____ Акулова Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 31.08.2023 №50-од
Заведующего ГБДОУ детского сада №119
Невского района Санкт-Петербурга

_____/Ю.А. Тюляндина/

Режим двигательной активности детей в младшей группе №12

Виды деятельности	**Понедельник**	**Вторник**	**Среда**	**Четверг**	**Пятница**
I половина дня:					
Самостоятельная двигательная активность ежедневно на прогулке и в группе	70 мин.	70 мин.	70 мин.	70мин.	70 мин.
Подвижные игры на утренней прогулке ежедневно	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Физкультурные занятия в группе	-	-	-	-	-
Физкультурные занятия в зале	-	-	15 мин.	-	15 мин
Физкультурные занятия на улице	15 мин	-	-	-	-
Музыкальное занятие	-	15 мин	-	15 мин	-
Музыкальное занятие в группе	-		-	-	-
Индивидуальная работа по закреплению ОВД и физических упражнений на утренней прогулке	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Динамическая пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физ. минутка	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Подвижные и спортивные игры ежедневно на прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин
II половина дня:					
Бодрящая гимнастика после дневного сна	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Музыкальный досуг	1 раза в две недели 15 мин				
Спортивные праздники и развлечения	2 раз в год 15 мин				
Спортивные досуги	1 раз в месяц 15 мин				
День здоровья	1 раз в квартал 15 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.)	222	222	222	222	222