**Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_20\_\_» \_\_\_08\_\_\_ 2021г**

**Врио заведующей МБДОУ № 3**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тедеева В.Е.**

**Двигательный режим (мин) младшая группа**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Форма работы** | | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **1.** | Утренняя гимнастика | | **5-6** | **5-6** | **5-6** | **5-6** | **5-6** |
| **2.** | Физкультурное занятие | В помещении |  | **15-20** |  | **15-20** |  |
| На улице |  |  |  |  | **15-20** |
| **3.** | Музыкальное занятие | | **15-20** |  | **15-20** |  |  |
| **4.** | Физминутка | | **2-3** | **2-3** | **2-3** | **2-3** | **2-3** |
| **5.** | Физ.упражнения после сна. Воздушные процедуры | | **5** | **5** | **5** | **5** | **5** |
| **6.** | Подвижные игры | | **15-20** | **15-20** | **15-20** | **15-20** | **15-20** |
| **7.** | Физические упражнения на прогулке | | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** |
| **10** | Игры аттракционы | | **10-12** |  | **10-12** |  |  |
| **11** | Игры с подгруппами детей | | **5-6** | **5-6** | **5-6** | **5-6** | **5-6** |
| **12** | Индивидуальная работа по физическому воспитанию | | **6** | **6** | **6** | **6** | **6** |
| **13** | Физкультурный досуг | | Один раз в месяц (20 – 25 мин) | | | | |
| **14** | Самостоятельная деятельность детей | | **35** | **35** | **35** | **35** | **35** |
| **Итого** | | | **105-121** | **105-121** | **105-121** | **105-121** | **105-109** |
| **Всего в неделю** | | | **525 – 593 9ч15м – 9ч30м** | | | | |

**Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_20\_\_» \_\_\_08\_\_ 2021г**

**Врио заведующей МБДОУ № 3**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тедеева В.Е.**

**Двигательный режим (мин) старшая группа**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Форма работы** | | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
| **1.** | Утренняя гимнастика | | **8-10** | **8-10** | **8-10** | **8-10** | **8-10** |
| **2.** | Физкультурное занятие | В помещении | **25-30** |  |  |  | **25-30** |
| На улице |  |  | **25-30** |  |  |
| **3.** | Музыкальное занятие | |  | **25-30** |  | **25-30** |  |
| **4.** | Физминутка | | **3-5** | **3-5** | **3-5** | **3-5** | **3-5** |
| **5.** | Физ.упражнения после сна. Воздушные процедуры | | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** |
| **6.** | Подвижные игры (ежедневно утром, вечером) | | **25-30** | **25-30** | **25-30** | **25-30** | **25-30** |
| **7.** | Физические упражнения на прогулке | | **8-10** | **8-10** | **8-10** | **8-10** | **8-10** |
| **10** | Игры аттракционы | | **12-15** |  | **12-15** |  | **12-15** |
| **11** | Игры с подгруппами детей | | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** |
| **12** | Индивидуальная работа по физическому воспитанию | | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** | **7-8** |
| **13** | Физкультурный досуг | | Один раз в месяц (30 – 35 мин) | | | | |
| **14.** | Физкультурный праздник | | Два раза в год (40 – 45 мин) | | | | |
| **14** | Самостоятельная деятельность детей | | **45** | **45** | **45** | **45** | **45** |
| **Итого** | | | **147-169** | **135-154** | **147-169** | **135-154** | **147-169** |
| **Всего в неделю** | | | **711 – 815 11ч51м – 13ч35м** | | | | |