



**Режим двигательной активности в МАДОУ д/с №123
на 2017-2018 учебный год**

Форма организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности ДОУ				
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
Физкультминутки	Ежедневно (до 3 минут)			
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна			
Дыхательная гимнастика				
2. Физкультурные занятия				
Физкультурное занятие в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
Физкультурное занятие на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю по 30 минут
3. Спортивный досуг				
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
Спортивные праздники	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц		
Дни здоровья	1 раз в год «Неделя здоровья»			