|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю»  Заведующий ГБДОУ детский сад №4  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.  Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_ | **Приложение 3**  к основной образовательной программе  дошкольного образования  ГБДОУ детский сад № 4 |

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы раннего возраста (2-3 года)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 |
|  | Физкультурное занятие | 10 |  |  |  | 10 |
|  | Музыкальное занятие |  | 10 |  | 10 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие |  |  | 10 |  |  |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц) |  |  |  | 10 |  |
|  | Музыкальный досуг (раз в м-ц) |  | 10 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) 2 раза в м-ц |  |  | 10 |  | 10 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  80 | 15  5  80 | 15  5  80 | 15  5  80 | 15  5  80 |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час)** | **5,5 ч** | **5,5 ч** | **5,5 ч** | **5,5 ч** | **5,5 ч** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **27,5 часов** | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | Утверждаю»  Заведующий ГБДОУ детский сад №4  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.  Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_ | **Приложение**  к основной образовательной программе  дошкольного образования  ГБДОУ детский сад № 4 | |  |

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы младшего дошкольного возраста (3-4 года)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
|  | Физкультурное занятие | 15 |  | 15 |  | 15 |
|  | Музыкальное занятие |  | 15 |  | 15 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 | 15  5  40 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие |  |  | 15 |  |  |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц) |  |  |  | 15 |  |
|  | Музыкальный досуг (разв м-ц) |  | 15 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) два раза в м-ц |  |  | 15 |  | 15 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **30 часов** | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю»  Заведующий ГБДОУ детский сад №4  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.  Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_ | **Приложение**  к основной образовательной программе  дошкольного образования  ГБДОУ детский сад № 4 |

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы среднего дошкольного возраста (4-5 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
|  | Физкультурное занятие | 20 | 20 |  |  | 20 |
|  | Музыкальное занятие | 20 |  | 20 |  |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие |  |  |  |  |  |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц) |  |  |  | 20 |  |
|  | Музыкальный досуг (раз в м-ц) |  | 20 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) два раза в м-ц |  |  | 20 |  | 20 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  60 | 15  5  60 | 15  5  60 | 15  5  60 | 15  5  60 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **30 часов** | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| Утверждаю»  Заведующий ГБДОУ детский сад №4  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.  Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_ | **Приложение**  к основной образовательной программе  дошкольного образования  ГБДОУ детский сад № 4 |

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

**Группа детей с умственной отсталостью**

(в соответствии с индивидуальными возможностями детей)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
|  | Физкультурное занятие | 25 | 25 | 25 |  |  |
|  | Музыкальное занятие |  | 25 |  | 25 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 20  5  70 | 20  5  70 | 20  5  70 | 20  5  70 | 20  5  70 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие |  |  |  |  |  |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц) |  |  |  | 25 |  |
|  | Музыкальный досуг (раз в м-ц) |  | 25 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) два раза в м-ц |  |  | 25 |  | 25 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **30 часов** | | | | |

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ детский сад №4

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.

Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Подготовительной к школе группы**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
|  | Физкультурное занятие | 30 | 30 |  |  | 30 |
|  | Музыкальное занятие | 30 |  | 30 |  |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 | 15  5  70 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие | 30 |  |  |  | 30 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц) |  |  |  | 30 |  |
|  | Музыкальный досуг (раз в м-ц) |  | 30 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) два раза в м-ц |  |  | 30 |  | 30 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **30 часов** | | | | |

Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ детский сад №4

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Горчакова А.З.

Приказ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.№\_\_\_\_\_.

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы раннего возраста кратковременного пребывания (2-3 года)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Подвижные игры (совместная со взрослым деятельность) | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Физкультурное занятие | 10 |  |  |  | 10 |
|  | Развивающие формы работы с детьми | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
|  | Музыкальное занятие |  | 10 |  | 10 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **2ч 45 м** | **2ч 45 м** | **2ч 45 м** | **2ч 45 м** | **2ч 45 м** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **12 часов 25 мин** | | | | |

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ детский сад № 4

А.З. Горчакова­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**Группы раннего возраста кратковременного пребывания (1.6-2 года)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Подвижные игры (совместная со взрослым деятельность) | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Игра на развитие движений |  |  | 10 |  | 10 |
|  | Развивающие формы работы с детьми | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
|  | Музыкальное занятие | 10 |  |  | 10 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 | 10  5  70 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **2ч 40 м** | **2ч 40 м** | **2ч 40 м** | **2ч 40 м** | **2ч 40 м** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **12 часов** | | | | |

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ детский сад № 4

А.З. Горчакова­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г.

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

(в соответствии с индивидуальными возможностями здоровья)

**Группы со сложным дефектом**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы работы | Понед | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| ***Первая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Утренняя гимнастика | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | Подвижные игры (совместная со взрослым деятельность) | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
|  | Игры на развитие движений |  |  | 20 |  | 20 |
|  | Музыкальное занятие |  | 20 |  | 20 |  |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 5  10  50 | 5  10  50 | 5  10  50 | 5  10  50 | 5  10  50 |
|  |  | ***Вторая половина дня***  ***Продолжительность в минутах*** | | | | |
|  | Коррегирующая гимнастика | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
|  | Подвижная игра после сна | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
|  | Физкультурное занятие |  |  |  |  |  |
|  | Самостоятельная подвижная деятельность | 25 | 25 | 25 | 25 | 25 |
|  | Спортивный досуг (раз в м-ц с родителями) |  |  |  | 20 |  |
|  | Музыкальный досуг (раз в м-ц) |  | 20 |  |  |  |
|  | Развлечения (камерно, в группе) два раза в м-ц | 20 |  |  |  | 20 |
|  | Прогулка:   * подвижные игры и физические упражнения * индивидуальная работа по развитию движений * самостоятельная подвижная игровая деятельность | 5  5  80 | 5  5  80 | 5  5  80 | 5  5  80 | 5  5  80 |
|  |  | | | | | |
|  | ***Перемещение детей по зданию*** | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО В ДЕНЬ (час/мин)** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** | **6 час** |
|  | **ИТОГО В НЕДЕЛЮ (час)** | **30 часов** | | | | |