



Утверждаю
 Заведующий ГБДОУ детский сад №
 А.З. Горчакова
 Приказ 97/Д от 31.08.2016 г

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

(в соответствии с индивидуальными возможностями здоровья)

Группы со сложным дефектом

№	Формы работы	Понед	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		<i>Первая половина дня</i>				
<i>Продолжительность в минутах</i>						
	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	5	5	5	5	5
	индивидуальная работа по развитию движений	10	10	10	10	10
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	50	50	50	50	50
<i>Вторая половина дня</i>						
<i>Продолжительность в минутах</i>						
	Корректирующая 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	5	5	5	5	5
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	80	80	80	80	80
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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				



Утверждаю»
 Заведующий
 ГБДОУ детский сад №
 А. З. Горчакова
 Приказ 97/Д от 31.08.2016 г

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Группы старшего дошкольного возраста (5-6 лет)
 (в соответствии с индивидуальными возможностями детей)

№	Формы работы	Понед	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		<i>Первая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	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	20	20	20	20	20
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
		<i>Вторая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	Корректирующая 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	10	10	10	10	10
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №

А. З. Горчакова

Приказ 97/Д от 31.08.2016 г.

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Группы среднего дошкольного возраста (4-5 лет)

№	Формы работы	Понед	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		<i>Первая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	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	10	10	10	10	10
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
		<i>Вторая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	Корректирующая 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	15	15	15	15	15
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	60	60	60	60	60
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №

А.З. Горчакова

Приказ 97/Д от 31.08.2016 г

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Группы младшего дошкольного возраста (3-4 года)

№	Формы работы	Поне- дель- ник	Втор- ник	Среда	Чет- верг	Пятница	
		<i>Первая половина дня Продолжительность в минутах</i>					
	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	15	15	15	15	15	
	индивидуальная работа по развитию дви- жений	5	5	5	5	5	
	самостоятельная подвижная игровая дея- тельность	40	40	40	40	40	
		<i>Вторая половина дня Продолжительность в минутах</i>					
	Корректирующая 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	15	15	15	15	15	
	индивидуальная работа по развитию дви- жений	5	5	5	5	5	
	самостоятельная подвижная игровая дея- тельность	70	70	70	70	70	
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №
А. З. Горчакова
Приказ 97/Д от 31.08.2016 г.

Приложение 1
к основной образовательной
программе дошкольного образования

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Группы раннего возраста (2-3 года)

№	Формы работы	Поне- дельник	Втор- ник	Среда	Четверг	Пятница	
							<i>Первая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>
	Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	
	Физкультминутки	3	3	3	3	3	
	Самостоятельная подвижная дея- тельность	60	60	60	60	60	
	Физкультурное занятие	10				10	
	Музыкальное занятие		10		10		
	Прогулка: подвижные игры и физические упражнения	15	15	15	15	15	
	индивидуальная работа по разви- тию движений	5	5	5	5	5	
	самостоятельная подвижная игро- вая деятельность	40	40	40	40	40	
		<i>Вторая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>					
	Корректирующая гимнастика	6	6	6	6	6	
	Подвижная игра после сна	5	5	5	5	5	
	Физкультурное занятие			10			
	Самостоятельная подвижная дея- тельность	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	15	15	15	15	15	
	индивидуальная работа по разви- тию движений	5	5	5	5	5	
	самостоятельная подвижная игро- вая деятельность	80	80	80	80	80	
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №

А. З. Горчакова

Приказ 97/Д от 31.08.2016 г.

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Группы раннего возраста кратковременного пребывания (2-3 года)

№	Формы работы	Понед	Втор- ник	Сре- да	Чет- верг	Пятница
		<i>Первая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	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	10	10	10	10	10
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №
А. З. Горчакова
Приказ 97/Д от 31.08.2016 г.

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Группы раннего возраста кратковременного пребывания (1 – 3 лет)

№	Формы работы	Понед	Втор- ник	Среда	Чет- верг	Пят- ница
		<i>Вторая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	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	10	10	10	10	10
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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 №
 А.З. Горчакова
 Приказ 97/Д от 31.08.2016 г.

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
Подготовительной к школе группы и группы детей с умственной отсталостью

№	Формы работы	Понед	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
		<i>Первая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	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	15	15	15	15	15
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
		<i>Вторая половина дня</i> <i>Продолжительность в минутах</i>				
	Корректирующая 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	10	10	10	10	10
	индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
	самостоятельная подвижная игровая деятельность	70	70	70	70	70
	<i>Перемещение детей по зданию</i>	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				