

Приложение №3

Вид деятельности	Группы	Периодичность	Отметки
Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-2 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-3 мин.	
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 2-3 мин.	
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	
	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-2 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-3 мин.	
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 2-3 мин.	
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	
Познавательные игры во время утренней прогулки детей	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-2 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 года)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 1-3 мин.	
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 2-3 мин.	
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	

Утверждено:
Заведующим МБДОУ
«Детский сад №42»
М.В. Алексеева

№ _____ от «__» __ 20__

Режим двигательной активности

Заведующим МБДОУ

М.В. Алексеева

№ 58/00 ОТ «03» 09 2024



Вид деятельности	Группы	Периодичность	Ответственный
Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно 10 мин. В групповой комнате	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 года)	Ежедневно 10 мин. Музыкальный зал или групповая комната	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 10 мин. Музыкальный зал или групповая комната	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно 10 мин. Музыкальный зал или групповая комната	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно 10 мин. Музыкальный зал или групповая комната	Воспитатели
Физкультминутки	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-2 мин.)	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 1-3 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 2-3 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 3-4 мин.	Воспитатели
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно 2-3 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 5-7 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно 7-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа	Ежедневно	Воспитатели

	группа (6-7 лет)	10-12 мин.	
Подвижные игры: Сюжетные Бессюжетные Игры-забавы Соревнования Эстафеты Аттракционы	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	Ежедневно в помещении и на прогулке 10-15 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
Игровые упражнения	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
Физические упражнения и игры	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели
Индивидуальна я работа по развитию движений	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	Ежедневно в помещении и на прогулке 2-3 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения	Воспитатели

		по выбору 8-10 мин.	
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели
Гимнастика после сна	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 5-6 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин.	Воспитатели
Упражнения на релаксацию	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	По необходимости в течение дня 1-2 мин.	Воспитатели, психолог
	Младшая группа (3-4 лет)	По необходимости в течение дня 1-3 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	По необходимости в течение дня 2-3 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	По необходимости в течение дня 3-5 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	По необходимости в течение дня 5-7 мин.	Воспитатели, психолог
<i>Организованная образовательная деятельность по физической культуре</i>			
Физкультурные занятия: тематические; сюжетно-игровые; игровые	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	2 раза в неделю по подгруппам 10 мин. В групповой комнате или физкультурном зале	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	3 раза в неделю 15 мин. В физкультурном зале	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	3 раза в неделю 20 мин. В физкультурном зале	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	3 раза в неделю 25 мин. 2 занятия в физкультурном зале 1 занятие на воздухе, на спортивной площадке	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	3 раза в неделю 30 мин. 2 занятия в физкультурном	Воспитатели

		зале 1 занятие на воздухе, на спортивной площадке	
Музыкально-ритмические движения	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	На музыкальных занятиях 3-5 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)	На музыкальных занятиях 5-7 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	На музыкальных занятиях 8-10 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	На музыкальных занятиях 10-12 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	На музыкальных занятиях 12-15 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
Организация самостоятельной двигательной деятельности			
Самостоятельная двигательная деятельность	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	Вторая группа раннего возраста (2-3года)	1 раз в неделю в групповых помещениях. Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	Младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
Физкультурно-массовые мероприятия			
Физкультурный досуг	Младшая группа (3-4 лет)	1 раз в месяц во второй половине дня 20 - 25 минут, на свежем воздухе (в физкультурном зале)	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	1 раз в месяц во второй половине дня 20 - 25 минут, на свежем воздухе (в	

		физкультурном зале)	
	Старшая группа (5-6 лет)	1 раз в месяц во второй половине дня 30-40 минут, на свежем воздухе (в физкультурном зале)	
	Подготовительная группа (6-7 лет)	1 раз в месяц во второй половине дня 40-45 минут, на свежем воздухе (в физкультурном зале)	
День здоровья	Младшая группа (3-4 лет)	1 раз в квартал В этот день проводятся физкультурно- оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	Старшая группа (5-6 лет)		
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
Спортивный праздник	Старшая группа (5-6 лет)	2 раза в год не более 1ч 30 мин	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
Туристские прогулки и экскурсии	Старшая группа (5-6 лет)	Время перехода в одну сторону 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут	Воспитатели