

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Детский сад №161»
/ Ю.К. Лакеева
Приказ № 41 «29» августа 2025 г.

**Режим двигательной активности детей
в подготовительной группе**

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
	Подготовительная к школе группа
<i>Организованная – образовательная деятельность</i>	
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (30 мин.) 3 раза в неделю
Физкультурные занятия на свежем воздухе	Один раз в неделю круглогодично на открытом воздухе. В теплое время года все занятия организуются на воздухе.
Утренняя гимнастика	10 мин. Ежедневно в группах В теплое время года на улице.
<i>Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)</i>	
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно 20 – 30 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 5 мин.)
Гимнастика в процессе ОД (занятия)	2 мин. ежедневно
Закаливающие процедуры. Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна
	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
	30 мин.
Физкультурные праздники	2 раза в год 60 мин.
Дни здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Детский сад №161»
/ Ю.К. Лакеева
Приказ № 41 «29» августа 2025 г.

Режим двигательной активности детей в старшей группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
	Старшая группа
Организованная – образовательная деятельность	
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (25 мин.) 3 раза в неделю
Физкультурные занятия на свежем воздухе	Один раз в неделю круглогодично на открытом воздухе. В теплое время года все занятия организуются на воздухе.
Утренняя гимнастика	10 мин. Ежедневно в группах В теплое время года на улице.
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)	
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно 15 – 25 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 5 мин.)
Гимнастика в процессе ОД (занятия)	2 мин. ежедневно
Закаливающие процедуры.	Ежедневно после дневного сна
Гимнастика после сна	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
	30 мин.
Физкультурные праздники	2 раза в год 60 мин.
Дни здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Детский сад №161»
_____/ Ю.К. Лакеева
Приказ № 41 «29» августа 2025 г.

Режим двигательной активности детей в средней группе

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
	Средняя группа
<i>Организованная – образовательная деятельность</i>	
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (20 мин.) 3 раза в неделю
Физкультурные занятия на свежем воздухе	В теплое время года все занятия организуются на воздухе.
Утренняя гимнастика	10 мин. Ежедневно в группах В теплое время года на улице.
<i>Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)</i>	
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно 15 – 20 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 мин.)
Гимнастика в процессе ОД (занятия)	2 мин. ежедневно
Закаливающие процедуры.	Ежедневно после дневного сна
Гимнастика после сна	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
	20-30 мин.
Физкультурные праздники	1 раза в год летом
Дни здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Детский сад №161»
_____/ Ю.К. Лакеева
Приказ № 41 «29» августа 2025 г.

**Режим двигательной активности детей
во второй младшей группе**

Основное образование дошкольников в области физической культуры	
	2 младшая группа
<i>Организованная – образовательная деятельность</i>	
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (15 мин.) 3 раза в неделю
Физкультурные занятия на свежем воздухе	В теплое время года все занятия организуются на воздухе.
Утренняя гимнастика	10 мин. Ежедневно в группах В теплое время года на улице.
<i>Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)</i>	
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно 10-15 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 мин.)
Гимнастика в процессе ОД (занятия)	2 мин. ежедневно
Закаливающие процедуры.	Ежедневно после дневного сна
Гимнастика после сна	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал
	20 мин.
Физкультурные праздники	-
Дни здоровья	-
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно