


 Утверждаю:  
 Директор МДОУ д/с «Улыбка»  
 М.А. Шиндякина  
 «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017г

### РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЕТНЕ-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Формы активности	Режимное время	Возрастные группы				
		Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры	Во время утреннего приема детей	5 - 7 мин	10 мин	20 мин	25 мин	30 мин
2. Утренняя гимнастика, оздоровительный бег	Перед завтраком	5 мин	5 мин	10 мин	15 мин	15 мин
3. Физкультурные и музыкальные занятия.	1 и 2 половина дня	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
4. Физкультминутки	Во время занятий	2 мин	2 мин	3 мин	2x3=6 мин	2x3=6 мин
5. Физкультпаузы	Между занятиями	5 мин	5 мин	10 мин	10 мин	10 мин
6. Физкультурная деятельность на прогулке (закрепление основных	Утро	30 мин	30 мин	45 мин	45 мин	50 мин

<b>видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры)</b>						
<b>7. Просыпательная гимнастика (бодрящая гимнастика, тренажерный путь)</b>	После дневного сна	5 мин	5 мин	10 мин	15 мин	15 мин
<b>10. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры</b>	После полдника	10 мин	15 мин	20 мин	20 мин	20 мин
<b>11. Прогулка (индивидуальная работа, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность)</b>	Вечер	30 мин	30 мин	50 мин	50 мин	60 мин
<b>12. Пешая прогулка до дома</b>	Вечерний отрезок времени	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин