

ПРИНЯТ
на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.
Приказ № 120 от 30.08.2023 г.

**ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕЖИМ
двигательной активности
детей первой младшей группы
в организованных видах
деятельности**

Пенза, 2023

| Содержание | Первая младшая группа |
|---|--|
| Организованный вид деятельности | |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 мин |
| 2. Занятия по физическому развитию | 3 раза в неделю по 10 минут |
| 3. Физкультминутки | Ежедневно на каждом занятии (по 2 мин) |
| 4. Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 10 мин |
| 5. Физические упражнения после сна, воздушные процедуры (ежедневно) | 5 мин |
| Деятельность на воздухе | |
| 1. Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) | 6-8 мин |
| 2. Спортивные игры: теннис, бадминтон, хоккей | - |
| 3. Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями | Ежедневно в режиме дня Целенаправленно 1-2 раза в неделю |
| 4. Игры с подгруппами детей (ежедневно) | 2-3 мин |
| 5. Индивидуальная работа по физическому развитию | 2-3 мин |
| Активный отдых | |
| 1. Игры-забавы (по мере надобности) | 2-3 мин |
| 2. Физкультурные досуги (1 раз в месяц) | 10-15 мин |
| 3. Спортивный праздник (1 раз в квартал) | - |
| Самостоятельная двигательная деятельность | |
| 1. На прогулке | 10 мин |
| 2. Бытовая деятельность | 5 мин |
| 3. Трудовая деятельность | В течение всего дня по возрасту |
| 4. Игровая деятельность между занятий | 5 мин |
| 5. Использование спортивного уголка | В течение всего дня |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий |

Примечание: двигательная активность детей в течение дня доходит до 3,5 – 4 часов, включая самостоятельную деятельность.

ПРИНЯТ
на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.
Приказ № 120 от 30.08.2023 г.

**ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕЖИМ
двигательной активности
детей второй младшей группы
в организованных видах
деятельности**

Пенза, 2023

| Содержание | Вторая младшая группа |
|--|--|
| Организованный вид деятельности | |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 мин |
| 2. Занятия по физическому развитию | 3 раза в неделю по 15 минут |
| 3. Физкультминутки | Ежедневно на каждом занятии (по 2 мин) |
| 4. Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 15 мин |
| 5. Физические упражнения после сна, воздушные процедуры (ежедневно) | 5-7 мин |
| Деятельность на воздухе | |
| 1. Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) | 6-8 мин |
| 2. Спортивные игры: теннис, бадминтон, хоккей | - |
| 3. Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями | Ежедневно в режиме дня Целенаправленно 1-2 раза в неделю по 15 мин |
| 4. Игры с подгруппами детей (ежедневно) | 2-3 мин |
| 5. Индивидуальная работа по физическому развитию | 3-5 мин |
| Активный отдых | |
| 1. Игры-забавы (по мере надобности) | 3-5 мин |
| 2. Физкультурные досуги (1 раз в месяц) | 15-20 мин |
| 3. Спортивный праздник (1 раз в квартал) | - |
| Самостоятельная двигательная деятельность | |
| 1. На прогулке | 15 мин |
| 2. Бытовая деятельность | 5 мин |
| 3. Трудовая деятельность | В течение всего дня по возрасту |
| 4. Игровая деятельность между занятий | 10 мин |
| 5. Использование спортивного уголка | В течение всего дня |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий |

Примечание: двигательная активность детей в течение дня доходит до 3,5 – 4 часов, включая самостоятельную деятельность.

ПРИНЯТ
на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.
Приказ № 120 от 30.08.2023 г.

**ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕЖИМ
двигательной активности
детей средней группы
в организованных видах
деятельности**

Пенза, 2023

| Содержание | Средняя группа |
|--|--|
| Организованный вид деятельности | |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 мин |
| 2. Занятия по физическому развитию | 3 раза в неделю по 20 минут |
| 3. Физкультминутки | Ежедневно на каждом занятии (по 2 мин) |
| 4. Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 20 мин |
| 5. Физические упражнения после сна, воздушные процедуры (ежедневно) | 5-7 мин |
| Деятельность на воздухе | |
| 1. Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) | 8-10 мин |
| 2. Спортивные игры: теннис, бадминтон, хоккей | - |
| 3. Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями | Ежедневно в режиме дня Целенаправленно 1-2 раза в неделю по 15 мин |
| 4. Игры с подгруппами детей | 3-5 мин |
| 5. Индивидуальная работа по физическому развитию | по 5-8 мин |
| Активный отдых | |
| 1. Игры-забавы (по мере надобности) | 5-8 мин |
| 2. Физкультурные досуги (1 раз в месяц) | 20-25 мин |
| 3. Спортивный праздник (1 раз в квартал) | 45 мин |
| Самостоятельная двигательная деятельность | |
| 1. На прогулке | 20 мин |
| 2. Бытовая деятельность | 8 мин |
| 3. Трудовая деятельность | В течение всего дня по возрасту |
| 4. Игровая деятельность между занятий | 10 мин |
| 5. Использование спортивного уголка | В течение всего дня |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий |

Примечание: двигательная активность детей в течение дня доходит до 3,5 – 4 часов, включая самостоятельную деятельность.

ПРИНЯТ
на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.
Приказ № 120 от 30.08.2023 г.

**ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕЖИМ
двигательной активности
детей старшей группы
в организованных видах
деятельности**

Пенза, 2023

| Содержание | Старшая группа |
|--|--|
| Организованный вид деятельности | |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 мин |
| 2. Занятия по физическому развитию | 3 раза в неделю (круглогодично 1 раз в неделю на открытом воздухе) по 25 минут |
| 3. Физкультминутки | Ежедневно на каждом занятии (по 2 мин) |
| 4. Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 25 мин |
| 5. Физические упражнения после сна, воздушные процедуры (ежедневно) | 8-10 мин |
| Деятельность на воздухе | |
| 1. Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) | 10-12 мин |
| 2. Спортивные игры: теннис, бадминтон, хоккей | С целевым направленным обучением 10—15 мин |
| 3. Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями | Ежедневно в режиме дня Целенаправленно 1-2 раза в неделю по 15 мин |
| 4. Игры с подгруппами детей (ежедневно) | 5-6 мин |
| 5. Индивидуальная работа по физическому развитию | 8-10 мин |
| Активный отдых | |
| 1. Игры-забавы (по мере надобности) | 8-10 мин |
| 2. Физкультурные досуги (1 раз в месяц) | 25-30 мин |
| 3. Спортивный праздник (1 раз в квартал) | 1 ч |
| Самостоятельная двигательная деятельность | |
| 1. На прогулке | 26 мин |
| 2. Бытовая деятельность | 10 мин |
| 3. Трудовая деятельность | В течение всего дня по возрасту |
| 4. Игровая деятельность между занятий | 10 мин |
| 5. Использование спортивного уголка | В течение всего дня |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий |

Примечание: двигательная активность детей в течение дня доходит до 3,5 – 4 часов, включая самостоятельную деятельность.

ПРИНЯТ
на заседании Педагогического совета
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МБДОУ № 99 г. Пензы «Карусель»
_____ Е.Е. Бубнова
«30» августа 2023 г.
Приказ № 120 от 30.08.2023 г.

**ЕЖЕДНЕВНЫЙ РЕЖИМ
двигательной активности
детей подготовительной группы
в организованных видах
деятельности**

Пенза, 2023

| Содержание | Подготовительная группа |
|--|--|
| Организованный вид деятельности | |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 мин |
| 2. Занятия по физическому развитию | 3 раза в неделю (круглогодично 1 раз в неделю на открытом воздухе) по 30 минут |
| 3. Физкультминутки | Ежедневно на каждом занятии (по 2 мин) |
| 4. Музыкальные занятия | 2 раза в неделю по 30 мин |
| 5. Физические упражнения после сна, воздушные процедуры (ежедневно) | 8-10 мин |
| Деятельность на воздухе | |
| 1. Подвижные игры (не менее 2-х раз в день) | 15 мин |
| 2. Спортивные игры: теннис, бадминтон, хоккей | С целевым направленным обучением 10—15 мин |
| 3. Спортивные упражнения: с мячом, веревкой, скакалкой, обручем, кеглями | Ежедневно в режиме дня Целенаправленно 1-2 раза в неделю по 15 мин |
| 4. Игры с подгруппами детей (ежедневно) | 6-8 мин |
| 5. Индивидуальная работа по физическому развитию | до 10 мин |
| Активный отдых | |
| 1. Игры-забавы (по мере надобности) | до 10 мин |
| 2. Физкультурные досуги (1 раз в месяц) | 30-35 мин |
| 3. Спортивный праздник (1 раз в квартал) | 1 ч |
| Самостоятельная двигательная деятельность | |
| 1. На прогулке | 25 мин |
| 2. Бытовая деятельность | 10-15 мин |
| 3. Трудовая деятельность | В течение всего дня по возрасту |
| 4. Игровая деятельность между занятиями | 10 мин |
| 5. Использование спортивного уголка | В течение всего дня |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи | Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, дней здоровья, походов, посещения открытых занятий |

Примечание: двигательная активность детей в течение дня доходит до 3,5 – 4 часов, включая самостоятельную деятельность.