



Заведующий МБДОУ  Утверждаю:  
Е. В. Галайдо



Режим двигательной деятельности в организованных формах в средней комбинированной группе МБДОУ – детский сад комбинированного вида № 11 «Земляничка» на 2023 – 2024 уч. год.

№ п/п	Формы работы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Двигательная деятельность в утренние часы	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
3.	Двигательная деятельность на муз. занятии			10 мин.		10 мин.	20 мин.
4.	Физкультурные занятия	20 мин.	20 мин.		20 мин.		60 мин.
5.	Физминутки	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	25 мин.
6.	Физкультурная пауза	8 мин.	8 мин.	8 мин.	8 мин.	8 мин.	40 мин.
7.	Упражнения и игры на дневной прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1ч. 15 мин.
8.	Индивидуальная работа (утром и вечером)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
9.	Гимнастика после сна	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1ч. 15 мин.
10.	Физ.досуг (1 раз в мес.)			20 мин.			20 мин.
11.	Упражнения и игры на вечерней прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1ч. 15 мин.
		1ч.48 мин.	1ч.48 мин.	1ч. 58 мин.	1ч. 48 мин.	1ч.38 мин.	9 ч.

Заведующий МБДОУ  /Е.В.Галайдо/

Утверждаю:

Режим двигательной деятельности в организованных формах в старшей комбинированной группе МБДОУ – детский сад комбинированного вида № 11 «Земляничка» на 2023 – 2024 уч.год.

№ п/п	Формы работы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Двигательная деятельность в утренние часы	12 мин.	12 мин.	12 мин.	12 мин.	12 мин.	1 час
3.	Двигательная деятельность на муз. занятии			10 мин.	10 мин.		20 мин.
4.	Физкультурные занятия	25 мин.	25 мин.			25 мин.	1 ч. 15 мин.
5.	Физминутки	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
6.	Физкультурная пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
7.	Упражнения и игры на дневной прогулке	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	1ч. 40 мин.
8.	Индивидуальная работа (утром и вечером)	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1 ч. 15 мин.
9.	Гимнастика после сна	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1ч. 15 мин.
10.	Физ.досуг (1 раз в мес.)			35 мин.			35 мин.
11.	Упражнения и игры на вечерней прогулке	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	1ч. 40 мин.
12.	Прогулки за пределы детского сада	60 мин					60 мин.
		3ч. 17 мин.	2ч. 17 мин.	2ч. 37мин.	2ч. 2 мин.	2ч. 17 мин.	12 ч. 30 мин.

Заведующий МБДОУ  /Е.В.Галайдо/

Утверждаю:

Режим двигательной деятельности в организованных формах в подготовительной группе МБДОУ – детский сад комбинированного вида № 11 «Земляничка» на 2023 – 2024 уч.год

№ п/п	Формы работы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1.	Утренняя гимнастика	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1 ч. 15 мин.
2.	Двигательная деятельность в утренние часы	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1 ч. 15 мин.
3.	Двигательная деятельность на муз. занятии	20 мин.				20 мин.	40 мин.
4.	Физкультурные занятия		30 мин.	30 мин.	30 мин.		1ч. 30 мин.
5.	Физминутки	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
6.	Физкультурная пауза	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	50 мин.
7.	Упражнения и игры на дневной прогулке	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	2ч. 30 мин.
8.	Индивидуальная работа (утром и вечером)	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	1ч. 15 мин.
9.	Гимнастика после сна	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	1ч. 40 мин.
10.	Физ.досуг (1 раз в мес.)			40 мин.			40 мин.
11.	Упражнения и игры на вечерней прогулке	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	1ч. 40 мин.
12.	Прогулки за пределы детского сада	1 ч. 30 мин.					1ч. 30 мин.
		4ч. 05 мин.	2ч. 45 мин.	3ч. 25 мин.	2ч. 45 мин.	2ч. 35 мин.	15 ч. 35 мин.