Утверждено

приказом от 17.05.2024г. № 41

**Режим двигательной активности на летний период 2024 года**

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды деятельности, особенности организации** | **Возрастные группы, длительность (минут)** |
| **раннего возраста** | **младшая** | **средняя** | **старшая** | **подготов.****к школе группа** |
| I**. Физкультурно – оздоровительная деятельность** |
| 1. Утренняя гимнастика (ежедневно) | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 2. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 10-15 | 15-20 | 20-25 | 25 | 25-30 |
| 3. Гимнастика после дневного сна | 4-5 | 5-6 | 6-8 | 10 | 10 |
| 4. Индивидуальная работа по развитию движений (ежедневно) | 5 | 7 | 9 | 12 | 12-15 |
| **II. Совместная деятельность педагога и детей** |
| 1.Физическая культура (2-3 раза в неделю) | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 |
| 2. Танцевально – ритмическая часть музыкальных занятий (2 раза в неделю) | 4-5 | 5-6 | 6-8 | 8-10 | 10 |
| **III. Самостоятельная двигательная деятельность** |
| 1. Сюжетные игры (ежедневно) | 35 | 40 | 50 | 60 | 60 |
| 2. Дидактические игры с движениями (2-3 раза в неделю) | 10 | 15 | 20 | 25 | 25 |
| 3. Спортивные игры (кольцеброс, серсо, кегли) | 5-8 | 8-10 | 10-12 | 12 - 15 | 15 |
| 4. Музыкальные игры с движениями (2-3 раза в неделю) | 8 | 10 | 12 | 15 | 15 |
| **IV. Физкультурно – массовые мероприятия** |
| 1. Физкультурные досуги и развлечения (1 раз в месяц) | 30 | 30-40 | 40-50 | 50-60 | 50-60 |
| 2. Физкультурные праздники (1 раз в квартал) | - | 20 | 60 | 60 | 60 |
| **V. Совместная физкультурно – оздоровительная работа ДОО и семьи** |
| Физкультурные праздники и развлечения совместно с родителями в ДОО | 10-15 | 15-20 | 20-25 | 25-30 | 25-30 |
| **Итого** | **135-146** | **195-220** | **285-314** | **343-367** | **347-370** |