

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБУ д/с №116 «Солнечный»  
протокол №1 от 27.08.2020г.



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом Заведующего  
МБУ № 116 Солнечный»  
Ладыка Е.Г.  
№5 от 27.08.2020г.

### Двигательный режим МБУ детского сада №116 «Солнечный» на 2020-2021 учебный год

№	Формы работы	Кол-во в неделю (в минутах)					Длит-ть
		1 мл.	2 мл	Средн	Старш	Подг	
<b>1.Физкультурно-оздоровительные мероприятия.</b>							
1.1	Утренняя гимнастика	5*5 =25	6*5 =30	8*5 =40	10*5 =50	12*5 60	Ежедневно в течение года
1.2	НОД по физическому развитию в физзале	12*2 =24	15*3 =45	20*3 =40	25*2 =50	30*2 =60	2-3 р в нед в теч года
1.3	НОД по физическому развитию в бассейне (корпус №1)				25	30	1 р в нед с сентября по май
1.4	НОД по физическому развитию на открытом воздухе				25	30	1 р в нед с сентября по май
1.5	Физминутки	1*5 =5	2*5 =10	2*5 =10	4*5 =20	4*5 =20	Ежедневно
1.6	Подвижные игры на прогулке		8*10 =80	10*10 =100	12*10 =120	14*10 =140	Ежедневно утром и вечером
1.7	Гимнастика после дневного сна – побудка	5*5 =25	7*5 =35	10*5 =50	12*5 =60	15*5 =75	Ежедневно
1.8	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно утром и вечером					
<b>2.Самостоятельная двигательная активность.</b>							
2.1	Самостоятельная двигательная деятельность детей	5*10 =50	7*10 =70	10*10 =100	12*10 =120	15*10 =150	Ежедневно утром и вечером
<b>3.Физкультурно-массовые мероприятия</b>							
3.1	Физкультурный досуг	1-2 р в мес					
3.2	Физкультурный праздник	2 р в год					
<b>4.Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</b>							
4.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях (праздники, развлечения, занятия)	Во время проведения физ. досугов, праздников и по желанию родителей.					