

**Двигательный режим
на тёплый период 2025-2026 учебного года
(Нижний Новгород, ул. Василия Иванова, д.20А)**



№ п/п	Формы работы	Возрастные группы, особенности организации, продолжительность					
		Группа раннего возраста (1,5-2 года)	Первая младшая группа (2-3 года)	Вторая младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
1.		Образовательная двигательная деятельность в режимных моментах					
а)	Утренняя гимнастика	Ежедневно на прогулке					
		10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
б)	Подвижные, спортивные игры и физические и спортивные упражнения на прогулке	Ежедневно на прогулке подгруппами с учётом уровня двигательной активности					
		15 мин	15 мин	25 мин	25 мин	30 мин	30 мин
		<i>В дни проведения музыкально-спортивных развлечений на вечерней прогулке</i>				<i>В дни проведения музыкально-спортивных развлечений на вечерней прогулке и в дни проведения занятий по физической культуре</i>	
		10 мин	10 мин	15 мин	15 мин	25 мин	25 мин
в)	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время вечерней прогулки					
		10 мин	10 мин	15 мин	15 мин	20 мин	20 мин
г)	Гимнастика после дневного сна с воздушными ваннами	Ежедневно после сна					
		10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
д)	Музыкально-ритмические движения	Ежедневно на прогулке					
		15 мин	15 мин	20 мин	20 мин	30 мин	40 мин
		<i>В дни проведения музыкально-спортивных развлечений на вечерней прогулке</i>				<i>В дни проведения музыкально-спортивных развлечений на вечерней прогулке и в дни проведения занятий по физической культуре</i>	
		5 мин	5 мин	10 мин	10 мин	10 мин	15 мин
2.	Музыкально-спортивные развлечения	1 раза в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 10-15 мин		1 раза в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 15-20 мин	1 раза в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 20 мин	1 раз в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 25 мин	1 раз в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 30 мин
3.	Занятия по физическому развитию	-		-	-	1 раз в неделю на прогулке 25 мин	1 раз в неделю на прогулке 30 мин
	Физкультурный досуг			1 раз в месяц 20-25 мин		1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 40-45 мин
	День здоровья			1 раз в квартал		1 раз в квартал	1 раз в квартал
	Объем двигательной активности в день	1ч.		1ч.20 мин		1ч.40 мин	1ч.50 мин