

**Двигательный режим
на тёплый период 2025-2026 учебного года**
(Нижний Новгород, проспект Кораблестроителей, д. 64)



№ 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.	Утренняя гимнастика	Образовательная двигательная деятельность в режимных моментах					
		Ежедневно на прогулке					
6)	Подвижные, спортивные игры и физические упражнения на прогулке	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
		Ежедневно на прогулке подгруппами с учётом уровня двигательной активности					
		15 мин	15 мин	25 мин	25 мин	30 мин	30 мин
		В дни проведения музыкально-спортивных мероприятий на вечерней прогулке					
в)	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	10 мин	10 мин	15 мин	15 мин	25 мин	25 мин
		Ежедневно во время вечерней прогулки					
		10 мин	10 мин	15 мин	15 мин	20 мин	20 мин
		Ежедневно после сна					
г)	Гимнастика после дневного сна с воздушными ваннами	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
		Ежедневно на прогулке					
д)	Музыкально-ритмические подвижные игры	15 мин	15 мин	20 мин	20 мин	30 мин	40 мин
		В дни проведения музыкально-спортивных мероприятий на вечерней прогулке					
2.	Музыкально-спортивные развлечения	5 мин	5 мин	10 мин	10 мин	10 мин	15 мин
		В дни проведения музыкально-спортивных мероприятий на вечерней прогулке					
3.	Физическое развитие	1 раз в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 10-15 мин	1 раз в неделю со всеми детьми одновременно на прогулке 15-20 мин	1 раз 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 на прогулке 30 мин	1 раз в неделю на прогулке 30 мин
		В дни проведения музыкально-спортивных мероприятий на вечерней прогулке					
4.	Физкультурный досуг	-	-	1 раз в месяц 20-25 мин	1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 40-45 мин
		1 раз в квартал					
5.	Объём двигательной активности в день	-	-	1 раз в квартал 1ч.20 мин	1 раз в квартал 1ч.40 мин	1 раз в квартал 1ч.40 мин	1 раз в квартал 1ч.50 мин
		1ч.					