

Утверждаю: Приказ № 78 от 28.08.2019г.
Зав. ГБДОУ №76 /И.Е. Олейник/
Мед. сестра /О.А. Ерёмenco/

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГРУППЫ «ОДУВАНЧИКИ»
(средний возраст)
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 20-25 мин.
	б) на улице	1 раз в неделю 20-25 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	ежедневно 6-8
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в мес. 20
	б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно