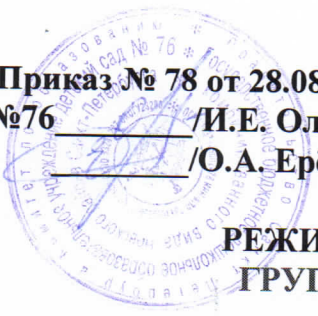


Утверждаю: Приказ № 78 от 28.08.2019г.
 Зав. ГБДОУ № 76 /И.Е. Олейник/
 Мед. сестра /О.А. Ерёмenco/



**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
 ГРУППЫ «РАДУГА» (подготовительный возраст)
 НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД**

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 25-30 мин.
	б) на улице	1 раз в неделю 25-30 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	ежедневно 8-10 мин.
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в мес. 25-30
	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