



Утверждено
 Приказом заведующей
 МБДОУ «Березовский д/с № 2»
 № 46 от 31.08.2023 г.
 Н.В. Коробко

МБДОУ «Березовский детский сад № 2»

Модель двигательного режима детей в возрасте от 2 до 7 лет

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность				
		группы				
		1 мл.	2 мл	средняя	старшая	подгот.
Физкультура	в помещении	2р нед 10мин	2р в нед 15 мин	2р в нед 20 мин	2р в нед 25 мин	2р в нед 30 мин
	на свежем воздухе				1р в нед 25 мин	1 р в нед 30 мин
Физкультурно - оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежеднев но 10 мин	Ежеднев но 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневн о 10 мин	Ежедневн о 10 мин
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежеднев но на каждой прогулке	Ежеднев но на каждой прогулке	Ежедневно на каждой прогулке 20-25 мин	Ежедневн о на каждой прогулке 25-30 мин	Ежедневн о на каждой прогулке 30-40 мин
	закаливающи е процедуры и гимнастика после сна			Ежедневно 15-20 мин	Ежедневн о 15-20 мин	Ежедневн о 15-20 мин
	Физминутки в середине статического занятия			Ежедневно в зависимости от вида занятий 3-5 мин	Ежедневн о в зависимости от вида занятий 3-5 мин	Ежедневн о в зависимости от вида занятий 3-5 мин
Активный отдых	физкультурн ый досуг		1-2 р в мес 20-25 мин	1-2 р в мес 20-25 мин	1-2 р в мес 25-30 мин	1-2 р в мес 40-45 мин
	физкультурн ый праздник			2 р в год 60-90 мин	2 р в год до 90 мин	2 р в год 90 мин
	день здоровья		1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал
Самостоятель ная двигательная деятельность	самостоятель ное использовани е физкультурно го и		Ежеднев но	Ежедневно	Ежедневн о	Ежедневн о