

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с №2 г. Курлово

/М. А. Арбузова /

Приказ от 09.08.2022 № 10/11-П

График двигательной активности детей в неделю

МБДОУ д/с №2 г. Курлово на 2023 – 2024 учебный год.

№	Виды деятельности	Периодичность проведения	2 гр. ран. возр.	1 мл. гр.	2 мл. гр.	Сред. гр.	Ст. гр.
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно до завтрака	5м.*5 25мин.	5м.*5 25мин.	6м.*5 30мин.	8м.*5 40мин.	10м.*5 50мин.
2	Игры малой, средней подвижности и хороводные, игровые упражнения с физ. пособиями, подвижные игры с дидактической направленностью	2 раза в неделю, в часы приёма, в дни, когда нет ОД по физической культуре	15м.*2 30мин.	15м.*2 30мин.	20м.*2 40мин.	25м.*2 50мин.	30м.*2 1ч.
3	ОД по физкультуре	3 раза в неделю	10м.*3 30мин.	10м.*3 30мин.	15м.*3 45мин.	20м.*3 1ч.	25м.*3 1ч.15м.
4	Двигательная разминка	Ежедневно во время большого перерыва между различными видами деятельности	-	-	10м.*5 50мин.	15м.*5 1ч.15м.	20м.*5 1ч.40м.
5	Физкультурные минутки	Ежедневно во время ОД статического характера	-	-	3м.*5 15мин.	3м.*5 15мин.	5м.*8 40мин.
6	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно во время 1 и 2 прогулки	30м.*5 2ч.30м.	30м.*5 2ч.30м.	40м.*5 3ч.20м.	50м.*5 4ч.10м.	60м.*5 5ч.

7	Спортивные упражнения и спортивные игры	2 раза в нед. во время 1 пр., когда нет ОД по физ. кул.	-	-	15м.*2 30мин.	20м.*2 40мин.	25м.*2 50мин.
8	Гимнастика после сна	Ежедневно после сна	5м.*5 25мин.	5м.*5 25мин.	6м.*5 30мин.	8м.*5 40мин.	10м.*5 50мин.
9	Динамический час	1 раз в неделю в зале, когда нет ОД по физ. кул. во второй половине дня	-	-	15м.*1 15мин.	20м.*1 20мин.	25м.*1 25мин.
Время регламентированной и частично-регламентированной организованной двигательной деятельности детей в неделю			(50 мин.*3) +(55 мин.*2) = 4 ч. 20 мин.	(50 мин.*3) +(55 мин.*2) = 4 ч. 20 мин.	1 ч .20 мин.*3 +1 ч. 55 мин. +1 ч. 40 мин. = 7 ч. 35 мин.	(50 мин.*3) +(55 мин.*2) = 4 ч. 20 мин.	2 ч. 10 мин.*3 + 3 ч. 05 мин.*2 = 12 ч. 40 мин.
Время нерегламентированной самостоятельной двигательной деятельности детей в неделю			(3 ч. 50 мин.*3) +(3 ч. 45 мин.*2) = 19 ч. не менее	(3 ч. 50 мин.*3) +(3 ч. 45 мин.*2) = 19 ч. не менее	3 ч. 25 мин.*3 +3 ч. 05 мин. +2 ч. 50 мин. =16 ч. 10 мин. не менее	(3 ч. 50 мин.*3) +(3 ч. 45 мин.*2) = 19 ч. не менее	3 ч. 02 мин.*3 + 2 ч. 07 мин.*2 = 13 ч. 20 мин. не менее
Общее время двигательной деятельности детей в неделю			не менее 4 ч. 40 мин.*5 =23 ч. 20 мин. не менее	не менее 4 ч. 40 мин.*5 =23 ч. 20 мин. не менее	не менее 4 ч. 45 мин.*5 =23 ч. 45 мин. не менее	не менее 4 ч. 40 мин.*5 =23 ч. 20 мин. не менее	не менее 5 ч . 12 мин.*5 =26 ч. не менее