



Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	10	10	10	10	10	50
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	20 мин.2 раза в месяц					40 мин

### Режим двигательной активности для детей 4-5 лет.

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	40
НОД ОО «Физическое развитие»	20		20			40
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		20		20		40
Физминутки	5	5	5	5	5	25
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке					20	20
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2 ч. 30 мин
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50/1 ч15мин
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	10	10	10	10	10	50
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	20 мин.2 раза в месяц					40 мин

### Режим двигательной активности для детей 5-6 лет.

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
НОД ОО «Физическое развитие»	25			25		50
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		25			25	50
Физминутки	10	10	10	10	10	50
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке			25			25

Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2 ч.30 мин
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50/1ч.15 мин
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	15	15	15	15	15	1ч.15 мин
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 25 мин 2 раза в месяц					50

**Режим двигательной активности для детей 6-7 лет.**

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
НОД ОО «Физическое развитие»	30			30		60
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		30			30	60
Физминутки	10	10	10	10	10	50
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке			30			30
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2 ч.30 мин
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50/1ч.15 мин
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	15	15	15	15	15	1ч.15 мин
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 30 мин 2 раза в месяц					60