

Модель двигательного режима МКДОУ «Детский сад № 9 «Родничок» на 2024-2025 учебный год

(на холодный период, в организованных формах работы)

Формы организации	Возрастные группы			
	<i>младшая группа (от 3 до 4 лет)</i>	<i>средняя группа (от 4 до 5 лет)</i>	<i>старшая группа (от 5 до 6 лет)</i>	<i>подготовительная группа (от 6 до 7 лет)</i>
УГ <i>(ежедневно)</i>	10 мин.	10мин.	10 мин.	10мин
Занятия физической культурой <i>(3 раза в неделю)</i>	9 мин.	12 мин.	15 мин.	18 мин.
Музыкально-ритмическая деятельность на занятиях музыкой <i>(2 раза в неделю)</i>	3,2 мин.	4,8 мин.	6 мин.	8 мин.
Гимнастика пробуждения <i>(ежедневно)</i>	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Игры и игровые упражнения на прогулке <i>(ежедневно)</i>	Дневная 15 мин.	Дневная 17 мин.	Дневная 18 мин.	Дневная 20 мин.
	Вечерняя 13 мин.	Вечерняя 15 мин.	Вечерняя 16 мин.	Вечерняя 18 мин.
Активизирующие физкультминутки <i>(ежедневно)</i>	2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
Физкультурные праздники и развлечения <i>(1 раз в месяц)</i>	1 мин.	1 мин.	1,3 мин.	1,5 мин.
Экскурсии, пешие походы <i>(1 раз в месяц)</i>	1 мин.	1 мин.	1,3 мин.	1,5 мин.
Суммарный объем двигательной активности на день: <i>(в соответствии с СанПиН 1.2.3685-21)</i>	64,2 мин. 1 час 04 мин.	72,8 мин. 1 час 12 мин.	79,6 мин. 1 час 19мин.	89 мин. 1 час 29 мин.