

Модель двигательного режима МКДОУ «Детский сад № 9 «Родничок» (2018-2019 учебный год)
(на пятидневную неделю, в организованных формах работы)

Формы организации	Возрастные группы			
	младшая группа (от 3 до 4 лет)	средняя группа (от 4 до 5 лет)	старшая группа (от 5 до 6 лет)	подготовительная группа (от 6 до 7 лет)
УГ (ежедневно)	7мин*5=35мин	8мин*5=40мин	10 мин*5=50мин	12мин*5=60мин
Занятия физической культурой в зале	15мин*3=45мин	20мин*3=60мин	25мин*2=50мин	30мин*2=60мин
Занятия физической культурой на улице	_____	_____	25мин*1=25мин	30мин*1=30мин
Музыкально-ритмическая деятельность на занятиях музыкой	8мин*2=16мин	10мин*2=20мин	15мин*2=30мин	15мин*2=30мин
Гимнастика пробуждения (ежедневно)	5мин*5=25мин	5мин*5=25мин	6мин*5=30мин	6мин*5=30мин
Игры и игровые упражнения на прогулке	Утренняя 10мин*5=50мин	Утренняя 15мин*5=75мин	Утренняя 20мин*5=100мин	Утренняя 20мин*5=100 мин
	Вечерняя 15мин*5=75мин	Вечерняя 20мин*5=100мин	Вечерняя 25мин*5=125мин	Вечерняя 25мин*5=125 мин
Активизирующие физкультминутки	3мин*5=15мин	4мин*5=20мин	5мин*8=40мин	5мин*8=40мин
Физкультурные праздники и развлечения (1 раз в месяц)	4,6мин*1=4,6 мин	5,8 мин*1=5,8 мин	7мин*1=7мин	7мин*1=7мин
Итого:	265,6 мин 4 часа 43 мин	345,8 мин 5 часов 76 мин	457 мин 7 часов 62 мин	482 мин 8 часов 03 мин