

Заведующая ГБДОУ _____
Т. В. Воробьева

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Кудесница» компенсирующего вида Петроградского
района Санкт-Петербурга**

***Режим двигательной активности
Ранний возраст***

№	Виды деятельности	Норма	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
1.	Самостоятельная двигательная активность в группе утром	15-20 мин.	15 мин.	20 мин.	20 мин.	15 мин.	20 мин.
2.	Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
3.	Самостоятельная двигательная активность перед занятиями	5-7 мин					
4.	Физкультурные занятия	10 мин.	10 мин.	10 мин.		10 мин.	
5.	Музыкальное занятие				10 мин.		10 мин.
6.	Физкультурные минутки во время занятий	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.	3 мин.
7.	Спортивные игры на прогулке утром и физ. упражнения	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
8.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке утром, подвижные игры	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.	50 мин.
	Закаливающие процедуры после сна (бодрящая гимнастика)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
10.	а) Физкультурный досуг	10 мин.			10 мин.		
	б) Музыкальный досуг					10 мин.	
	в) Игры с психологом	10 мин.	10 мин.				
11.	Самостоятельная двигательная активность в нерегламентированной деятельности	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
12.	Подвижные игры на прогулке вечером	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
13.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке вечером	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
14.	Индивидуальная работа по развитию движений	3-5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Общее время		217-221	198	193	203	198	193