

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
ДЕЖУРНОЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ

на летний период 2020 года

№	Формы организации двигательной активности	Время и длительность проведения (ориентировочно*)
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно 8-10 минут
2.	Подвижные, хороводные игры, движения под музыку на прогулке	ежедневно 130 минут
3.	Бодрящая гимнастика после сна	ежедневно 5 минут
4.	Физкультурные досуги или физкультурные развлечения	1 раз в месяц 20-30 минут
5.	Индивидуальная работа с детьми по развитию основных видов движений	ежедневно 15 минут
6.	Самостоятельная двигательная активность детей	ежедневно 110 минут
7.	Спортивный праздник	1 раз в квартал – 25 – 30 минут

При благоприятных погодных условиях двигательная активность детей организуется на улице.

*При проведении форм физической активности учитывается возраст и состояние здоровья детей, длительность проведения может быть сокращена.