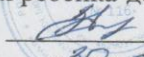
 УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»
 З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе комбинированной направленности
для детей 6-7 лет № 1 «Лопотушки»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

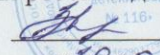
№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 30 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-15 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 12-15 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 25-30 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 30-35 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»

З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе
общеразвивающей направленности
для детей 4-5 лет № 2 «Осьминожки»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

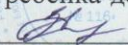
№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 15-20 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 7-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-12 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 20-25 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»


З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе комбинированной направленности
для детей 5-6 лет № 3 «Звездочка»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 25 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 8-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 25-30 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»

З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в разновозрастной группе
общеразвивающей направленности
для детей 4-6 лет № 4 «Семицветик»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 25 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 8-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 25-30 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»
З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе
общеразвивающей направленности
для детей 4-5 лет № 5 «Почемучки»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 15-20 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 7-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-12 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 20-25 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»
З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в разновозрастной группе
общеразвивающей направленности
для детей 5-7 лет № 6 «Колобок»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 30 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-15 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 12-15 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 25-30 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 30-35 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

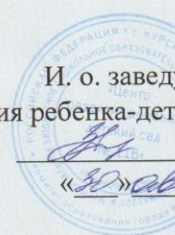
УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»

З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе общеразвивающей направленности
для детей 3-4 лет № 7 «Радуга»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 12-15 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 5-7 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-12 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 7-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 20-25 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»




З.П. Кофанова

«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе
общеразвивающей направленности
для детей 4-5 лет № 8 «Колокольчик»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 15-20 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 7-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-12 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 20-25 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»


З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе общеразвивающей направленности
для детей 3-4 лет № 9 «Гномы»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 12-15 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 5-7 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-12 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 7-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15-20 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 20-25 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

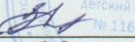
УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»

З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе общеразвивающей направленности
для детей 6-7 лет № 10 «Непоседы»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 30 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 10-15 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 12-15 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 25-30 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 30-35 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин

УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ
«Центр развития ребенка-детский сад № 116»


З.П. Кофанова
«30» августа 2024 г.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
в группе общеразвивающей направленности
для детей 5-6 лет № 11 «Светлячок»
на 2024 – 2025 учебный год
(холодный период)

№ п/п	Форма работы	Особенности организации
1	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (1 раз - на улице) 25 мин.
2	Физкультурные минутки	В середине занятия статистического характера 1-3 мин
3	Двигательные разминки	Между занятиями в зависимости от их вида и содержания 10-12 мин
4	Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика.	Ежедневно с подгруппой или группой детей 8-10 мин.
5	Организованная двигательная активность детей на прогулке (подвижные игры и физические упражнения)	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 мин.
6	Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ	Ежедневно с группой детей 10-12 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность детей (нерегламентированная, по желанию детей)	Ежедневно в разные отрезки режима дня
8	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25 мин
9	Спортивный праздник	2 раза в год по 25-30 мин
10	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5-7 мин