

**ГБДОУ детский сад №27 компенсирующего вида Московского района
Санкт – Петербурга «Надежда»**



Утверждено
Заведующий ГБДОУ д/с №27 «Надежда»
Н.В. Столярова
Приказ № 188 «01» сентября 2016г.

**Режим двигательной активности первой младшей группы
(ранний возраст)**

№ п/п	Виды детской двигательной активности	Распределение двигательной активности
1	ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 – 6 мин
1.2	Динамические перемены и физ. паузы между занятиями	Ежедневно по мере необходимости 10 мин.
1.3	Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости 1 – 2 мин
1.4	Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно: утро - 15 – 20 мин вечер - 10 мин
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно: вечер – 10 мин
1.6	Прогулки-походы, пешие экскурсии	-
1.7	Оздоровительный бег	–
1.8	Гимнастика после дневного сна (корректирующая, адаптационная, дыхательная) в сочетании с закаливающими процедурами	Ежедневно 3 – 5 мин
2	ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВАЯ РАБОТА	
2.1	Дни здоровья	1 раз в месяц
2.2	Физкультурно-спортивные праздники	1 раз в год 10 – 15 мин
2.3	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15 мин
2.4	Игры-соревнования между возрастными группами	–
3	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ (В ГРУППЕ И НА ПРОГУЛКЕ)	Ежедневно (продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей)
4	СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ С РОДИТЕЛЯМИ	2 – 3 раза в год 20 мин
5	ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ В ДЕНЬ (В МИНУТАХ)	50 – 70

