



Режим двигательной активности на 2026-2027

Группа раннего возраста «Репка»

№	Виды двигательной активности	ПН	ВП	СР	ЧП	ПП	Всего (мин)
1	Утренняя зарядка	5	5	5	5	5	25
2	Физкультурные занятия	10		10		10	30
3	Музыкальные занятия		10		10		20
4	Динамические паузы между различными видами деятельности (по мере утомляемости детей)	10	10	10	10	10	50
5	Физкультминутки во время проведения занятий	1-3	1-3	1-3	1-3	1-3	5-15
6	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке -утренней -вечерней	10-15 10-15	10-15 10-15	10-15 10-15	10-15 10-15	10-15 10-15	50-75 50-75
7	Самостоятельная двигательная активность на прогулке -утренней -вечерней	10-15 15-20	10-15 15-20	10-15 15-20	10-15 15-20	10-15 15-20	50-75 75-100
8	Самостоятельная двигательная активность в помещении и прочие движения в режиме дня	10-15	10-15	10-15	10-15	10-15	50-75
9	Бодрящая гимнастика после дневного сна	6-8	6-8	6-8	6-8	6-8	30-40
10	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10	50
Итого в неделю		97-126	97-126	97-126	97-126	97-126	485-630
11	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)						10
Итого в месяц							1950-2530