



Утверждаю
заведующий МАДОУ «Детский сад № 450»
Н.Е.Гладкова
приказ от 18.05.2026 № 88

Режим двигательной активности детей на теплый период года, обеспечивающий баланс деятельности детей

Отрезок времени в режиме дня	Формы работы	Возрастные группы			
		2 мл гр (3-4 лет)	Средняя гр (4-5 лет)	Старшая гр (5-6 лет)	Подготовительная гр (6-7 лет)
Утренняя гимнастика	По общеразвивающим комплексам	5 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Утренняя прогулка	Физкультурно-оздоровительная деятельность с педагогом	15 минут – 3 раза в неделю	20 мин – 3 раза в неделю	25 мин. 3 раза в неделю	30 мин – 3 раза в неделю
	Культурно - досуговая деятельность с педагогом	15 минут – 2 раза в неделю	20 мин 2 раза в неделю	25 мин. 2 раза в неделю	30 мин – 2 раза в неделю
	Подвижные игры	15 мин	20 мин	25 мин	25 мин
	Индивидуальная работа по развитию основных видов движений	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
После сна	Гимнастика после сна	5 мин	7 мин	15 мин	15 мин
Вечерняя прогулка	Подвижные игры	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Итого					
День		55 мин	1 ч 12 мин (72 мин)	1 час 30 мин (90 мин)	1 час 35 мин (95 мин)
Неделя		4 ч 35 мин	6 ч	7 ч 30 мин	7 ч 55 мин
Музыкальное развлечение		1 раз в мес			
		15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Физкультурный досуг		1 раз в мес	1 раз в мес	2 раза в мес	2 раза в мес
		25 мин	25 мин	25 мин	25 мин
День здоровья		1 раз в квартал			