

Группа раннего возраста «Капельки»

Первая половина дня (7.00 – 13.00)						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура	10		10		10
3	Музыкальная деятельность		10		10	
4	Подъем (спуск) на второй этаж	5	5	5	5	5
5	Физкультурная минутка	2	2	2	2	2
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	10	10	10	10	10
7	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
8	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	35	35	35	35	35
	Итого за первую половину дня	1ч37м	1ч37м	1ч37м	1ч37м	1ч37м
Вторая половина дня (15.00 – 19.00)						
1	Бодрящая гимнастика	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	40	40	40	40	40
5	Досуг (Музыкальная деятельность)					15
6	Физическая культура (досуг) 1 раз в месяц				15	
	Подвижные игры и физические упражнения на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
	Итого за вторую половину дня	1ч55м	1ч55м	1ч55м	2ч10м	2ч20м
	Итого за целый день	3ч 47м	3ч 47м	3ч 47м	3ч 47м	3ч 57м

- День здоровья 1 раз в квартал
- Праздники (музыкальная деятельность) – 1 раз в 2 месяца

Младшая группа «Светлячки»

Первая половина дня (8.00 – 13.00)						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура	15		15		15
3	Музыкальная деятельность		15		15	
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	15	15	15
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	50	50	50	50	50
	Итого за первую половину дня	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м
Вторая половина дня (15.00 – 18.30)						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	50	50	50	50	50
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
6	Музыка (досуг)					20
7	Физкультурный досуг				20	
	Итого за вторую половину дня	2ч05м	2ч05м	2ч05м	2ч25м	2ч25м
	Итого за целый день	4ч03м	4ч03м	4ч03м	4ч23м	4ч23м

- День здоровья 1 раз в квартал
- Музыкальная деятельность – праздники 1 раз в 2 месяца

Средняя группа «Воробушки»

Первая половина дня (8.00 – 13.00)						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура	20		20		20
3	Музыкальная деятельность		20		20	
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	25	25	25	25	25
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	50	50	50	50	50
	Итого за первую половину дня	2ч 13м	2ч 13м	2ч 13м	2ч 13м	2ч 13м
Вторая половина дня (15.00 – 18.30)						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	10	10	10	10	10
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	30	30	30	30	30
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
6	Физическая культура (досуг)				20	
7	Музыка (досуг)					20
	Итого за вторую половину дня	1ч45м	1ч45м	1ч45м	1ч50м	1ч50м
	Итого за целый день	3ч58м	3ч58м	3ч58м	4ч03м	4ч03м

- День здоровья 1 раз в квартал
- Музыкальная деятельность – праздники 1 раз в 2 месяца до 60 мин
- Физкультурный праздник – 2 раза в год до 60 мин

Старшая группа «Семицветик»

Первая половина дня (8.00 – 13.00)						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		25		25	25
3	Музыкальная деятельность	25				
4	Физкультурная минутка	6	3	6	3	6
5	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	25	25	25	25	25
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	50	50	50	50	50
	Итого за первую половину дня	2ч21м	2ч18м	1ч56м	2ч18м	2ч21м
Вторая половина дня (15.00 – 18.30)						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	50	50	50	50	50
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	30	30	30	30	30
6	Физическая культура (досуг)				30	
7	Музыкальная деятельность			25		
8	Музыкальная деятельность (досуг)					30
	Итого за вторую половину дня	2ч20м	2ч20м	2ч45м	2ч50м	2ч50м
	Итого за целый день	4ч41м	4ч38м	4ч41м	5ч08м	5ч11м

- День здоровья 1 раз в квартал
- Музыкальная деятельность – праздники 1 раз в 2 месяца до 60 мин
- Физкультурный праздник – 2 раза в год до 60 мин

Подготовительная группа «Звездочки»

Первая половина дня (7.00 – 13.00)						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура	30		30		30
3	Музыкальная деятельность		30		30	
4	Физкультурная минутка	6	6	6	6	3
5	Индивидуальная работа на фоне свободной игры и самостоятельной деятельности детей	20	20	20	20	20
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	30	30	30	30	30
7	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	30	30	30	30	30
8	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	Итого за первую половину дня	2ч46м	2ч46м	2ч46м	2ч46м	2ч43м
Вторая половина дня (15.00 – 18.30)						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	50	50	50	50	50
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения, элементы спортивных игр на вечерней прогулке	40	40	40	40	40
6	Музыкальная деятельность (досуг)					40
9	Физическая культура (досуг)				40	
	Итого за вторую половину дня	2ч30м	2ч30м	2ч30м	3ч10м	3ч10м
	Итого за целый день	5ч16м	5ч.16м	5ч16м	5ч56м	5ч53м

- День здоровья 1 раз в квартал
- Музыкальная деятельность – праздники 1 раз в 2 месяца до 60 мин
- Физкультурный праздник – 2 раза в год до 60 мин