**ГРАФИК ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В МИНУТАХ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Виды двигательной**  **активности** | **Вторая мл.гр.**  **(3-4 г.)** | **ср.**  **группа**  **(4-5 лет)** | **Старшая гр. компен направл.**  **(5-6)** | **Старшая**  **группа**  **(5-6 лет)** | **Подг.гр**  **(6-7 лет)** | **гр.комп**  **напр.**  **(под.гр.)**  **(6-7)** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Утренние  Самостоятельные игры с разнообразными движениями | 14 | 20 | 20 | 25 | 30 | 30 |
| 2 | Утренняя гимнастика | 5-7 | 7-10 | 7-10 | 12 | 12-15 | 12-15 |
| 3 | Игры перед занятием | 5-7 | 5-7 | 5-7 | 7-10 | 7-10 | 7-10 |
| 4 | Физкультминутки на занятиях (физпаузы , имитационная игра, подвижная игра) | 2-3 | 3-5 | 3-5 | 5 | 7 | 7 |
| 5 | Динамические паузы между занятиями | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 6 | Подготовка к прогулке | 15-20 | 12-15 | 12-15 | 10-12 | 10-12 | 10-12 |
| 7 | Прогулка дневная:  -самостоятельная двигательная активность детей  -индивидуальная работа по физической культуре  -подвижные игры разной степени интенсивности  -трудовые действия  -упражнения со спортивными снарядами  -спортивные игры | 60 | 60-65 | 60-65 | 65-70 | 70-75 | 70-75 |
| 8 | Двигательная активность  во время босохождения  и закаливающих процедур | 7-10 | 10-12 | 10-12 | 12-15 | 12-15 | 12-15 |
| 9 | Самостоятельные игры с разнообразными движениями в группе, сюжетно-ролевые игры | 15-20 | 20-25 | 20-25 | 25-30 | 30-35 | 30-35 |
| 10 | Вечерняя пргулка:  -самостоятельная двигательная активность детей  -индивидуальная работа по физической культуре  -подвижные игры разной степени интенсивности  -трудовые действия  -упражнения со спортивными  снарядами  -спортивные игры | 45-50 | 45-50 | 50-55 | 55-60 | 60-72 | 60-72 |
| 11 | Физкультурное занятии \музыкальное занятии | 7 | 10 | 15 | 15 | 20 | 20 |
| 12 | Музыкальные развлечения(1 раз в месяц) | 15 | 20 | 20 | 25 | 25-30 | 25-30 |
| 13 | День здоровья (1 раз в месяц) | 10-12 | 20 | 20 | 25 | 25-30 | 25-30 |
| 14 | Спортивные досуги,  развлечения(1 раз в месяц) | 15 | 20 | 20 | 25 | 25-30 | 25-30 |