

**Утверждаю**

**Директор школы Г.Н.Полынцева**

**29 . 08 . 2024г.**

**Режим двигательной активности воспитанников ГКП**



Полынцева Г.Н.  
С-Р/И. О/Директор. О-МБОУ  
"Национальный ОЦШ".  
СН-Полынцева Г.Н.  
Электронный документ  
Я являюсь автором этого  
документа  
место подписания  
2024-03-14 07:06:02

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей	
		5-6 лет	6-7 лет
Физкультурное занятие	а) в помещении	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза 25-30	Ежедневно 2 раза 30-35
	в) физкультминутки (всередине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин	1 раз в год 2 до 60 мин
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Формы работы самостоятельная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно