

ПРИЛОЖЕНИЕ 12
МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ

Режимные процессы	Ежедневно					Примечание
	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа	
Первая половина дня						
Утренняя гимнастика	5	6	8	10	12	
Физкультминутки		2	2	4	4	
Динамическая перемена (игры малой подвижности)	2	10	10	10	20	
Физкультурные занятия (два раза в неделю)	не более 10	15	15	20	25	
Музыкальные занятия (два раза в неделю)	7	10	10	15	20	
Самостоятельная и организованная двигательная деятельность детей в группе	40	40	40	40	40	
Прогулка: игры средней и большой подвижности, самостоятельная двигательная деятельность детей	100	100	100	100	100	
Вторая половина дня						
Бодрящая гимнастика	10	10	10	10	10	
Самостоятельная и организованная двигательная деятельность детей в группе	40	40	40	40	40	
Прогулка	100	100	100	100	100	
Музыкальный досуг	7	10	10	15	20	
Физкультурный досуг	7	10	10	15	25	
Спортивный праздник 2 раза в год (60 минут)						
Спортивные развлечения на прогулке по сезону						
Время двигательной активности в неделю	1533	1610	1620	1670	1765	

При организации всех видов двигательной активности обязательно учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка.