

Режим двигательной активности во II младшей группе
(цифры обозначают время в минутах)

Формы работы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Утренняя гимнастика	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
ООД - Физическое развитие	по расписанию - 3 раза в неделю (по 15 минут)				
ООД - Художественно-эстетическое развитие (музыка)	по расписанию - 2 раза в неделю (по 15 минут)				
Физкультминутка	1-2	1-2	1-2	1-2	1-2
Двигательная разминка во время динамической паузы	5-10	5-10	5-10	5-10	5-10
Физические упражнения после сна	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
Подвижные игры (не менее двух в день)	6-10	6-10	6-10	6-10	6-10
Физические упражнения и подвижные игры на прогулке	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
Спортивные упражнения	8-10		8-10		
Спортивные игры					8-10
Игры- аттракционы		8-10		8-10	
Игры с подгруппами детей	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
Индивидуальная работа по физическому развитию	5-10	5-10	5-10	5-10	5-10
Физкультурный досуг	1 раз в месяц (20 минут)				
Физкультурный праздник	2 раза в год (по 25 минут)				
Самостоятельная двигательная деятельность	35	35	35	35	35