

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

Формы работы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Утренняя гимнастика	4-5	4-5	4-5	4-5	4-5
ООД - Физическое развитие	по расписанию - 3 раза (по 10 мин.) в неделю (30 мин.)				
ООД - Художественно-эстетическое развитие (Музыка)	по расписанию - 2 раза (по 10 мин.) в неделю (20 мин.)				
Подвижные игры (не менее двух в день)	6-8	6-8	6-8	6-8	6-8
Спортивные упражнения: с мячом, обручем	3-5	3-5	3-5	3-5	3-5
Игры с подгруппами детей	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3
Физические упражнения и подвижные игры на прогулке	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
Индивидуальная работа по физическому развитию	2-3	2-3	2-3	2-3	2-3
Физические упражнения после сна, воздушные процедуры	5	5	5	5	5
Игры- забавы	2-3		2-3		2-3
Физкультурный досуг	1 раз в месяц 15 минут				
Самостоятельная двигательная деятельность	30	30	30	30	30