Согласовано:

Заместитель директора по УВР ГБОУ № 696 Сизова И.В.

Врач ГБОУ№ 696 Агапкина Т.А.

Утверждаю:

Директор ГБОУ № 696 Белоцкая Н.П.

**Режим двигательной активности детей**
**средней группы № 8«Мишки» 2026-2027г.г.**

| Режимные моменты | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|---|---|---|---|---|---|
| Самостоятельная двигательная деятельность детей | 65 мин | 65 мин | 65 мин | 65 мин | 65 мин |
| Гимнастика | 15 мин | 15 мин | 15 мин | 15 мин | 15 мин |
| Игры до занятий | 5 мин | 5 мин | 5 мин | 5 мин | 5 мин |
| Физкультурные минутки | 2-3 мин | 2-3 мин | 2-3 мин | 2-3 мин | 2-3 мин |
| Физкультурные паузы | 10 мин | 10 мин | 10 мин | 10 мин | 10 мин |
| Физкультурные занятия | 20 мин | | 20 мин | | 20 мин |
| Музыкальные занятия | | 20 мин | | 20 мин | |
| Прогулка:<br>подвижные игры, игры-задания<br>спортивные задания<br>самостоятельная двигательная деятельность | <br>12 мин<br>15 мин<br>60 мин | <br>12 мин<br>15 мин<br>60 мин | <br>12 мин<br>15 мин<br>60 мин | <br>12 мин<br>15 мин<br>60 мин | <br>12 мин<br>15 мин<br>60 мин |
| Бодрящая гимнастика и игры после сна | 25 мин | 25 мин | 25 мин | 25 мин | 25 мин |
| Досуги | | | 20 мин | | |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей | 35 мин | 35 мин | 35 мин | 35 мин | 35 мин |
| Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на вечерней прогулке | 90 мин | 90 мин | 90 мин | 90 мин | 90 мин |
| **Всего время/%** | **6 ч. 35 мин/ 54%** | **6 ч. 35 мин/ 54%** | **6 ч. 35 мин/ 54%** | **7 ч. 5 мин/ 58%** | **6 ч. 35 мин/ 54%** |