

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Протокол №1  
«30» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МКДОУ «Герсукский детский сад»  
*Политова*  
О.Н.Политова  
Приказ № 59 от «30» августа 2019 г.



## Циклограмма двигательной активности

Режимные моменты	Группа раннего возраста		Группа дошкольного возраста	
	Время в режиме дня	Длительность двигательной деятельности	Время в режиме дня	Длительность двигательной деятельности
Прием, осмотр / утренний фильтр, <b>игра</b> , индивидуальная работа.	7.30-8.00	10 мин	7.30 – 8.10	10 мин
Утренняя <b>гимнастика</b> .	8.10-8.15	5 мин	8.10 – 8.20	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.20 – 8.45	-	8.25 – 8.45	
Игры, подготовка к занятиям.	8.45-9.00	15 мин	8.45 – 9.00	15 мин
Занятия.	9.00-9.28	-	9.00 – 10.25	-
Второй завтрак.	9.50-10.00	-	9.50 – 9.55	-
Подготовка к прогулке, <b>прогулка</b> .	10.00-11.10	30 мин	10.25 – 12.00	40 мин-
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	11.10-11.30	-	12.00 – 12.15	-
Обед.	11.30-12.00		12.15 – 12.35	
Подготовка ко сну, сон.	12.00-15.00	-	12.35 – 15.00	-
Подъем, гигиенические процедуры, <b>гимнастика после сна</b> .	15.00-15.15	5 мин	15.00 – 15.25	5 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 – 15.55	-	15.25 – 15.45	-
Самостоятельная познавательная-игровая деятельность. <b>Физкультурный досуг</b> .	16.00-16.20	10 мин	15.45 – 16.20	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.20-16.30	10 мин	16.20 – 16.30	10 мин
<b>Всего:</b>		<b>1 час 25 минут</b>		<b>1 час 45 минут</b>

