

Организация двигательного режима в МАДОУ Центр развития ребёнка-детский сад № 2

«Утверждаю»

Заведующая МАДОУ ЦРР-детский сад № 2

Н.В. Сергеюк

№ п/п	Формы работы, Виды занятий	Возрастные группы, особенности организации, продолжительность				
		1 – я младшая	2 – я младшая	средняя	старшая	подготовительная к школе
1.	Образовательная работа: занятия по физической культуре	2 раза в неделю по подгруппам; 10 мин	3 раза в неделю одновременно со всеми детьми, в том числе 2 раза вовремя, отведенное для занятий и 1 раз в неделю воспитанники старшего дошкольного возраста на улице во время прогулки).			
			15 мин	20-25 мин	25 мин	30 мин
2.	Физкультурной – оздоровительная работа в режиме дня: а) утренняя гимнастика б) подвижные игры и физические упражнения на прогулке в) физкультурная минутка	Ежедневно 4 – 5 мин	Ежедневно 5 – 6 мин	Ежедневно 6 – 8 мин	Ежедневно 8 – 10 мин	Ежедневно 10 – 12 мин
		Ежедневно 2 раза (на утренней и вечерней прогулках)				
		1. 10-15 мин 6 – 8 мин	15 - 20 мин 6 – 10 мин	20-25 мин 8 – 10 мин	25-30 мин 10 – 12 мин	30-40 мин 12 – 15 мин
		2. 5 – 10 мин	5 – 10 мин	8 – 12 мин	10 – 15 мин	10 – 15 мин
	–	–	–	Ежедневно по мере необходимости 1 – 3 мин в зависимости от вида и содержания занятий		
3.	Активный отдых: а) физкультурный досуг	-	1 – 2 раза в месяц 20 – 30 мин 20 – 30 мин 30 – 40 мин 45 – 50 мин			
	б) день здоровья	-	Не реже 1 раз в квартал		Не реже 1 раза в квартал	
	в) физкультурный праздник		Не менее 2 раз в год до 60 мин		2-3 раза в год до 1 ч 30 мин	
4.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей; проводится под наблюдением воспитателя				
5.	Обучение плаванию		15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
6.	Бодрая гимнастика после сна	Ежедневно 4 – 5 мин	Ежедневно 5 – 6 мин	Ежедневно 6 – 8 мин	Ежедневно 8 – 10 мин	Ежедневно 10 – 12 мин
7.	Подвижные игры на	Характер и продолжите-				

	прогулочной веранде	леность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей; проводится под наблюдением воспитателя				
--	---------------------	---	--	--	--	--