



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 детского сада «Золотая рыбка»
 М.Ю. Хохлова
 «30» августа 2022 г.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА
 В МБДОУ ДЕТСКИЙ САД «ЗОЛОТАЯ РЫБКА»

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий в зависимости от возраста детей				
		Смешанная младшая группа		Средняя группа	Смешанная старшая группа	
		1,6 – 3 лет	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Физическая культура	в помещении	2 р в нед 10–15 мин	2 р в нед 15 – 20 мин	2 р в нед 20 – 25 мин	2 р в нед 25 – 30 мин	2 р в нед 30- 35 мин
	на улице	1 р в нед 10-15 мин	1 р в нед 15-20 мин	1 р в нед 20-25 мин	1 р в нед 25-30 мин	1 р в нед 30—35 мин
Физкультурно – оздоровительная работа в режимных моментах	утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10-15 мин	Ежедневно 10-15 мин
	подвижные игры	Ежедневно 2 р по 10- 15 мин	Ежедневно 2 р по 15- 20 мин	Ежедневно 2 р по 20- 25 мин	Ежедневно 2 р по 25- 30 мин	Ежедневно 2 р по 30-35 мин
	физкультминутки	3-5 мин ежедневно в зависимос ти от вида и содержани я занятия	3-5 мин ежедневно в зависимос ти от вида и содержани я занятия	3-5 мин ежедневно в зависимос ти от вида и содержани я занятия	3-5 мин ежедневно в зависимос ти от вида и содержани я занятия	3-5 мин ежедневно в зависимост и от вида и содержания занятия
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 р в месяц 10 мин	1 р в месяц 15 мин	1 р в месяц 20 мин	1 р в месяц 25 мин	1 р в месяц 30 мин
	Физкультурный праздник	-	-	2 р в год до 45 мин	2 р в год до 50 мин	2 р в год до 60 мин
	День здоровья	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал	1 р в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование спортивного оборудования	Ежедневно под руководством взрослого	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные игры	Ежедневно под руководством взрослого	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно