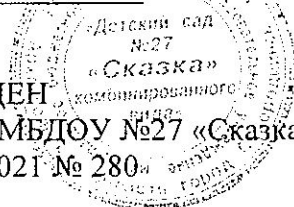


СОГЛАСОВАНО
 Протокол
 Педагогического совета
 МБДОУ №27 «Сказка»
 от 30.08.2021 №1

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий МБДОУ №27 Сказка
 Г.Б. Цветкова
 31.08.2021

УТВЕРЖДЕН
 Приказом МБДОУ №27 «Сказка»
 от 31.08.2021 № 280



Организация двигательного режима в МБДОУ №27 «Сказка»

| Формы работы | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|--|---|---|---|---|
| 1. Подвижные игры во время утреннего приема | Ежедневно (3-5 мин.) | Ежедневно (5-8 мин.) | Ежедневно (7-10 мин.) | Ежедневно (10-12 мин.) |
| 2. Гимнастика, стимулирующая деятельность речевых центров | Ежедневно (2-3 мин.) | Ежедневно (2-3 мин.) | Ежедневно (3-4 мин.) | Ежедневно (3-5 мин.) |
| 3. Утренняя гимнастика | Ежедневно (10 мин.) | Ежедневно (10 мин.) | Ежедневно (10 мин.) | Ежедневно (10 мин.) |
| 4. Динамическая пауза | На обучающих занятиях (3-5 мин.) | На обучающих занятиях (3-5 мин.) | На обучающих занятиях (3-5 мин.) | На обучающих занятиях (3-5 мин.) |
| 5. Релаксация | Во время обучающих занятий (1-3 мин.) | Во время обучающих занятий (1-3 мин.) | Во время обучающих занятий (1-3 мин.) | Во время обучающих занятий (1-3 мин.) |
| 6. Музыкально-ритмические движения | На музыкальных занятиях (8-15 мин.) | На музыкальных занятиях (15 мин.) | На музыкальных занятиях (12-15 мин.) | На музыкальных занятиях (6-8 мин.) |
| 7. Физкультурные занятия (два – в зале, одно – на улице) | 3 раза в неделю (10-15 мин.) | 3 раза в неделю (20 мин.) | 3 раза в неделю (20-25 мин.) | 3 раза в неделю (25-30 мин.) |
| 8. Дозированный бег | Ежедневно 100 м., 3-5 мин. (прогулка) | Ежедневно 150 м., 3-5 мин. (прогулка) | Ежедневно 200-250 м., 12 мин. (прогулка) | Ежедневно 250-300 м., 7-12 мин. (прогулка) |
| 9. Оздоровительные мероприятия: - элементы закаливания перед дневным сном; - дыхательные упражнения; - самомассаж | Ежедневно 2-4 мин. 1 мин. 1 мин. | Ежедневно 2-4 мин. 1 мин. 1-2 мин. | Ежедневно 4-6 мин. 1 мин. 2-3 мин. | Ежедневно 6-8 мин. 1-1,5 мин. 2-3 мин. |
| 10. Тренирующая игровая дорожка (пробежка) | 2 раза в неделю (3-5 мин.) | 2 раза в неделю (3-5 мин.) | 2-3 раза в неделю (5-7 мин.) | 2-3 раза в неделю (5-7 мин.) |
| 11. Упражнения после дневного сна | 5-10 мин. | 5-10 мин. | 5-10 мин. | 5-10 мин. |
| 12. Подвижные игры | не менее 2-4 раз в день | | | |
| 13. Спортивные игры | 6-10 мин. | 10-15 мин. | 10-15 мин. | 15-20 мин. |
| 14. Спортивные упражнения | Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю | | | |
| | Ежедневно по подгруппам | 10 мин. | 15 мин. | 15 мин. |

| | | | | |
|-------------------------|----------------------------|----------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| 15. Физкультурный досуг | 1 раз в месяц (20 мин.) | 1 раз в месяц (20 мин.) | 1 раз в месяц (30-45 мин.) | 1 раз в месяц (40 мин.) |
| 16. Спортивный праздник | - | 2 раза в год | 2 раза в год | 2 раза в год |
| 17. День здоровья | 1 раз в квартал | | | |
| 18. Динамический час | Ежедневно на прогулке | | | |