



Приложение №4 к приказу №64 от 31.08.2017г

Организация двигательного режима

№	Формы работы, виды занятий	1 младшая группа	2 младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
1	ООД по физическому развитию	2 раза в неделю подгруппами, во 2 полугодии всей группой 15 – 20 мин	3 раза в неделю одновременно со всеми детьми, в т.ч. 2 раза во время ООД, 1 раз – на прогулке 15 – 20 мин 20 -25 мин 25-30 мин 30-35 мин			
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:					
а	Утренняя гимнастика	Ежедневно 4 -5 мин	Ежедневно 5 -6 мин	Ежедневно 6 -8 мин	Ежедневно 8 -10 мин	Ежедневно 10 -12 мин
б	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (на утренней и вечерней прогулках)				
		10-15 мин	15 - 20 мин	20 -25 минут	25 -30 минут	30-40 минут
		В дни проведения ООД по физическому развитию				
		6-8 мин	6 – 10 мин	8 – 10 мин	10 – 12 мин	12 – 15 мин
	5 – 10 мин	5 – 10 мин	8 – 12 мин	10 – 15 мин	10 – 15 мин	
в	Физкультурная минутка	-	-	-	Ежедневно по мере необходимости 1 -3 минуты в зависимости от вида содержания ООД	
3	Активный отдых:	1-2 раза в месяц				
а	физдосуг	-	20-30 минут	20-30 минут	30-45 минут	45-50 минут
б	Физкультурный праздник	-	-	Не менее 2 раз в год до 60 минут	2-3 раза в год до 1 часа 30 минут	
в	День здоровья	-	Не реже одного раза в квартал			
4	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных детей. Проводится под наблюдением воспитателя				
5	Задание на дом	Утренняя гимнастика, физические упражнения под контролем родителей и вместе с ними. Задания определяются воспитателем				