

**Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Швабе-Эврика»**

Организация двигательного режима

Формы организации	Виды деятельности	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность		2-3 г.	3-4 г.	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	10 мин 2р./нед.	15 мин 2р./нед.	20 мин 2р./нед.	25 мин 2р./нед.	30 мин 2р./нед.
	На прогулке	Игровая двигательная деятельность	1р./нед.	1р./нед.	1р./нед.	1р./нед.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	3-5 минут	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 мин
	Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
	Физминутка во время занятия	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
	Динамическая пауза между занятиями	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
	Подвижная (спортивная) игра на прогулке	5-8 минут	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	2-3 мин	5-6 минут	6-8 минут	10-12 мин	10-15 мин
	Музыкальные занятия	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
	Гимнастика после дневного сна	3-5 минут	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Активный отдых	Физкультурное развлечение	10-15 мин. 1 раз/мес	20мин 1 раз/мес	30 мин 1 раз/мес	25-30 мин 1 раз/мес	40-50 мин 1 раз/мес
	Физкультурный праздник	-	-	45 мин 2р./год	50-60 мин 2р./год	60 мин 2р./год
	День здоровья	1р.в квартал	1р.в квартал	1р.в квартал	1р.в квартал	1р.в квартал
	Подвижные игры во 2 половине дня	5-8 минут	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры					