



**ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА
в МБДОУ детский сад «Малышок» р.п. Мокшан**

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин) в зависимости от возраста детей			
		Разновозрастная группа 1,5 -4 года	Группа среднего возраста 4-5 лет	Группа старшего возраста 5-6 лет	Подготовительная к школе группа 6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	На улице	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятия
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	Физкультурный праздник	-	2 раза в год до 45 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно