

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 «Детский сад с. Мошеное»  
 Е. И. Сергеева  
 Приказ № 7 от 27 августа 2018 г.



**Двигательный режим в разновозрастной группе  
 Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение  
 «Детский сад с. Мошеное Яковлевского района Белгородской области»  
 на 2018-2019 год**

№	Виды занятий	Дозировка	Длительность			
			II младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительный возраст
<b>I. ФИЗКУЛЬТУРНО+ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>						
1	Утренняя гимнастика	ЕЖЕДНЕВНО: ✓ на открытом воздухе (с мая по октябрь) ✓ в группе (с октября по май)	5 мин	6 мин	8 мин	10 мин
2	Закаливающие процедуры	ЕЖЕДНЕВНО, с начала отопительного сезона	7 мин	8 мин	8 мин	8 мин
3	Двигательная разминка	ЕЖЕДНЕВНО, организация подвижных игр и малоподвижных игр в чередование с непосредственно-образовательной деятельностью и совместной деятельностью	10 мин	15 мин	15 мин	15 мин
4	Физкультурная минутка	ЕЖЕДНЕВНО, во время непосредственно-образовательной деятельности по мере необходимости (дошкольный возраст)	1 мин	1 мин	2 мин	2 мин
5	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	ЕЖЕДНЕВНО	15 мин	20 мин	25 мин	25 мин

6	Оздоровительный бег	ЕЖЕДНЕВНО	3 мин	4 мин	5 мин	5 мин
7	Индивидуальная работа по развитию движений	ЕЖЕДНЕВНО, на прогулках	10 мин	10 мин	15 мин	15 мин
<b>II. НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>						
1	Физическая культура	3 раза в неделю: ✓ 2 занятия в группе ✓ 1 занятие на прогулке	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
2	Музыка	2 раза в неделю	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
3	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни (Непосредственно-образовательная деятельность познание)	1 раз в месяц	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
<b>III. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ</b>						
1	Самостоятельная двигательная активность	ЕЖЕДНЕВНО: ✓ на прогулке ✓ в группе	В зависимости от желания и индивидуальных особенностей детей			
2	Двигательная активность по закреплению основных видов движений под руководством воспитателя	ЕЖЕДНЕВНО	По плану воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка			
<b>IV. РАЗВЛЕЧЕНИЯ</b>						
1	Неделя здоровья	Ежегодно, в каникулярную неделю	Все организованные мероприятия недели посвящены охране и укреплению здоровья детей, формированию привычек к здоровому образу жизни			
2	Физкультурные праздники	3 раза в год ✓ День защитника отечества ✓ Проводы русской зимы ✓ Летняя эстафета	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
3	Физкультурные развлечения	1 раз в месяц	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
<b>V. УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ</b>						
1	Совместное соревнование пап и детей	В день Защитника отечества			30 мин	40 мин

