

Утверждаю:
Заведующий ДОУ
Ермолова Е.Н.



**Организация двигательного режима
в МДОУ № 104 «Аленький цветочек»
2023-2024 учебный год**

№	Формы работы	Ранний и младший возраст		Средний возраст		Старший возраст	
		Время проведения	Продолжительность	Время проведения	Продолжительность	Время проведения	Продолжительность
1	Утренняя гимнастика	ежедневно	4-6 мин.	ежедневно	6-8 мин	ежедневно	8-10 мин.
2	Физкультминутка	ежедневно	2-4 мин.	ежедневно	3-4 мин.	ежедневно	3-4 мин.
3	Организованная образовательная деятельность	3 раза в неделю	10-15 мин	3 раза в неделю	20 мин.	3 раза в неделю	25-30 мин.
4	Подвижные игры и физические упражнения	ежедневно	10-15 мин	ежедневно	20 мин.	ежедневно	25-30 мин.
5	Гимнастика после сна	ежедневно	4-6 мин.	ежедневно	6-8 мин.	ежедневно	8-10 мин.
6	Совместная деятельность педагога и детей (индивидуальная работа по развитию движений)	Ежедневно во время прогулок	10-15 мин	Ежедневно во время прогулок	20 мин.	Ежедневно во время прогулок	25-30 мин.
7	Индивидуальная работа инструктора по физ/культуре с воспитанниками	1 раз в месяц, после периода адаптации	10-15 мин	1 раз в неделю	20 мин.	1 раз в неделю	25-30 мин.
8	Спортивный досуг, развлечения	1 раз в месяц, после периода адаптации	10-15 мин.	1 раз в месяц	20 мин.	1 раз в месяц	25-40 мин.
9	Самостоятельная двигательная деятельность детей	ежедневно	10-20 мин.	ежедневно	в свободной деятельности	ежедневно	по желанию детей
10	Бассейн (закаливающие занятия)	1 раз в неделю (группа № 3)	15 мин.	1 раз в неделю	20 мин.	1 раз в неделю	25-30 мин.
11	Неделя здоровья и спорта	1 раз в год (февраль 2024)					