

Принят на Педагогическом Совете

Протокол № 1 от 28 августа 2019 г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №8»
_____ Л.Н Удодова

Модель двигательного режима МБДОУ «Детский сад №8 на 2019-2020 уч. год

Ежедневная организация жизнедеятельности детей в дошкольных учреждениях включает в себя организацию двигательного режима. В двигательный режим в детском саду включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную, и предусматривает рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении различных видов занятий, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Мероприятие	Группа	Время проведения	Продолжительность мероприятия	Место проведения
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Вторая группа раннего возраста	Ежедневно	2-3 мин	Группа
	Младшая группа «Пчелка»		3-5 мин	
	Младшая группа «Ромашка»			
	Средняя группа		5-7 мин	
	Старшая группа		7-10 мин	
	Подготовительная группа		10-12 мин	
Утренняя гимнастика	Вторая группа раннего возраста	7.50-7.55	5 мин.	Группа
	Младшая группа «Пчелка»	7.55- 8.00	5 мин.	Группа
	Младшая группа «Ромашка»	7.55- 8.00	5 мин.	Группа
	Средняя группа	7.50-7.57	7 мин.	Муз.зал
	Старшая группа	8.00-8.10	10 мин.	Муз зал

	Подготовительная группа	8.15-8.25	10.мин	Муз зал
Физкультурные занятия	Вторая группа раннего возраста	Вторник <u>1-я подгр.</u> 15.25-15.35 <u>2-я подгр.</u> 15.45-15.55	10 мин.	Группа
		Пятница <u>1-я подгр.</u> 15.25-15.35 <u>2-я подгр.</u> 15.45-15.55	10 мин.	Группа
	Младшая группа «Пчелка»	Вторник 9.15 - 9.30	15 мин.	Муз.зал
		Среда 8.45-9.00	15 мин.	Муз.зал
		Пятница 9.10-9.25	15 мин.	Муз.зал
Младшая группа «Ромашка»	Вторник 9.40-9.55	15 мин.	Муз.зал	
	Среда 9.10 - 9.25	15 мин.	Муз.зал	
	Пятница 8.45-9.00	15 мин.	Муз.зал	
Средняя группа	Понедельник 9.55-10.15	20 мин	Муз.зал	
	Вторник 9.35-9.55	20 мин.	Муз.зал	
	Пятница 9.45- 10.05	20 мин.	Муз.зал	

	Старшая группа	Вторник 15.40-16.05 Четверг 15.40-16.05 Пятница 11.55 - 12.20	25 мин. 25мин. 25 мин.	Муз.зал Муз.зал Спорт.площадка
	Подготовительная группа	Понедельник 15.40-16.10 Четверг 11.50-12.20 Пятница 15.40-16.10	30 мин. 30 мин. 30 мин.	Муз.зал Спорт.площадка Муз.зал
Музыкальные занятия	Вторая группа раннего возраста	Понедельник 9.10 - 9.20	10 мин.	Муз.зал
		Среда 16.00- 16.10	10 мин.	Муз.зал
	Младшая группа «Пчелка»	Понедельник 8.45-8.59	14 мин.	Муз.зал
		Четверг 9.10-9.24	14 мин.	Муз.зал
	Младшая группа «Ромашка»	Понедельник 9.30 -.9.44	14 мин.	Муз.зал
		Четверг 8.45-8.59	14 мин.	Муз.зал
Средняя группа	Вторник 8.45-9.03	18 мин.	Муз.зал	
	Четверг 9.34-9.52	18 мин.	Муз.зал	
Старшая группа	Вторник 10.10 - 10.35	25 мин.	Муз.зал	
	Четверг 10.10 - 10.35	25 мин.	Муз.зал	

	Подготовительная группа	Среда 10.05-10.35 Пятница 10.15 - 10.45	30мин. 30 мин.	Муз.зал Муз.зал
Динамические паузы	Вторая группа раннего возраста	Ежедневно после деятельности малой подвижности, во время перерыва между занятий	до 2 мин.	Группа
	Младшая группа «Пчелка» Младшая группа «Ромашка»		до 3 мин.	
	Средняя группа		до 5 мин.	
	Старшая группа		до 7 мин	
	Подготовительная группа			
Физкультминутка	Вторая группа раннего возраста	Ежедневно	1,5-2 мин	Группа
	Младшая группа «Пчелка» Младшая группа «Ромашка»			
	Средняя группа			
	Старшая группа			
	Подготовительная группа			
Подвижные игры на прогулке (утром и вечером) - сюжетные - бессюжетные - игры-забавы - эстафеты	Вторая группа раннего возраста	Ежедневно в утреннее и вечернее время	Ежедневно 2+2 мин.	Улица
	Младшая группа «Пчелка»		Ежедневно 3+3 мин	
	Младшая группа «Ромашка»			

- аттракционы				
	Средняя группа		Ежедневно 7+7 мин	
	Старшая группа		Ежедневно 10+10 мин	
	Подготовительная группа		Ежедневно 10+10 мин	
Индивидуальная работа по физическому развитию на прогулке, в группе (утреннее или вечернее время)	Вторая группа раннего возраста Младшая группа «Пчелка» Младшая группа «Ромашка» Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа	Ежедневно	2+2 мин 3+3 мин 5+5 мин 7+7 мин 7+7 мин	Улица Веранда Группа
Гимнастики пробуждения после дневного сна	Вторая группа раннего возраста Младшая группа «Пчелка» Младшая группа «Ромашка» Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа	Ежедневно	5 мин 5-7 мин 5-7 мин 10 мин 10 мин 10 мин	Группа
Подвижные игры в вечернее время	Вторая группа раннего возраста	Ежедневно	2-3мин	Группа
	Младшая группа «Пчелка»		3-5 мин	
	Младшая группа «Ромашка»			
	Средняя группа		5-7 мин	
	Старшая группа		7-10 мин	
Подготовительная группа		10-12 мин		
Спортивные игры согласно сезону	Вторая группа раннего возраста Младшая группа «Пчелка» Младшая группа «Ромашка» Средняя группа	1 раз в неделю	20 мин.	Улица Веранда Группа Спортивная

	Старшая группа Подготовительная группа		25 мин. 30 мин.	площадка
Физкультурные досуги	младшая группа «Пчелка» младшая группа «Ромашка» Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа	1 раз в месяц	15 мин 15 мин. 20 мин. 25 мин. 30 мин	Улица Муз.зал
Спортивный праздник	Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа	2 раз в год	30 мин. 35 мин. 40 мин	Улица
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных потребностей детей			
Итого в день	не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности			
<ul style="list-style-type: none"> • Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастными возможностями и сезонами года • Объем двигательной активности детей 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6-8 часов в неделю • Двигательная активность в организованных формах деятельности составляет не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности. 				