

УТВЕРЖДЕНО:
 приказом заведующего МБДОУ «Детский сад № 55
 комбинированного вида» г. Воркуты
 № 40-М/ 05-03 от 31.05 2024г

**Организация двигательного режима в МБДОУ «Детский сад № 55 комбинированного вида»
 г. Воркуты в летний период**

№	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	Продолжительность, мин.
1.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Утро, до завтрака	5-12
1.2	Занятия по физической культуре на улице и в спортзале (при неблагоприятных погодных условиях)	Все группы	По расписанию занятий	10-30
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между видами детской деятельности	Все группы	По необходимости	3-5
1.4	Физкультминутка	Все группы	Во время образовательных ситуаций	3-5
1.5.	Гимнастика после дневного сна, корректирующая гимнастика	Все группы	Ежедневно	3-5 5-12
1.6.	Музыкально-ритмические занятия	Все группы	2 раза в неделю	15-30
1.7.	Оздоровительный бег	Все группы	Ежедневно	1-5
1.8.	Дыхательная гимнастика	Все группы	Ежедневно	1-3
1.9.	Гимнастика для глаз	Все группы	Ежедневно на занятиях	1-3
1.10	Пальчиковая гимнастика	Все группы	Ежедневно	1-3
1.11	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная деятельность детей	Все группы	Во время прогулок	До 60 ин
1.12	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	Все группы	Ежедневно в свободное от занятий время	30-40
1.13	Физкультурный досуг	Все группы	По плану	15-60
1.14	Соревнования, эстафеты	Старший дошкольный возраст	По плану	40-60
1.15	Спортивные праздники	Все, кроме раннего возраста.	1 раз в 2 недели	20- 60
1.16	Походы, экскурсии	Старший дошкольный возраст	Один раз в месяц	60-120 (в зависимости от погоды)

1.17	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Неделя здоровья ✓ Тематический день «Здоровым быть здорово» ✓ Международный день физкультурника ✓ «Папа, мама, я – спортивная семья» ✓ «Мастер-классы» ✓ «Веселые старты» ✓ Совместные занятия физкультурой, утренней зарядкой на улице ✓ Флеш - моб акции ✓ участие родителей в массовых спортивных мероприятиях в ДОУ и вне ДОУ (семейные эстафеты и др.) 	Все группы	По плану, желанию родителей и педагогов Ежеквартально	45-60
1.18	Индивидуальная работа по развитию движений	Все группы	Ежедневно	10-15
1.19	Посещение спортивного зала (при неблагоприятных погодных условиях) динамический час, подвижные игры, стопотерапия, фитбол гимнастика, тренажёрный зал, степ-аэробика,	Все группы Старший дошкольный возраст	По графику работы зала	10-35 20-30
1.20	Режим прогулки при неблагоприятных погодных условиях: <ul style="list-style-type: none"> -проводиться динамический час; (на прогулочной веранде, в спортивных залах) - подвижные игры и малоподвижные игры в группе, -музыкальные разминки; - сюжетно ролевые игры в группе; - ходьба по лестничным маршам. 	Все группы, кроме групп раннего возраста	В период времени утренней и вечерней прогулки	15-35 10-35 30-60 10 -20