

Модель организации двигательного режима

«Движение - это жизнь! Движение - это огромная радость, которая появляется от удовлетворения естественной потребности ребенка в двигательной активности, от познания им окружающего мира, от сознания, что тело подчинено разуму и воле».

Вид деятельности Возрастные группы Периодичность Ответственный			
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика	Группы раннего возраста (1,5-3 л)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 5-6 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин.	Воспитатели
Физкультминутки	Группы раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-2 мин.)	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-3 мин.)	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Группы раннего возраста (1,5-3л ;	Ежедневно 2-3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 5-7 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно 7-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин.	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные Бессюжетные Игры-забавы Соревнования Эстафеты Аттракционы	Группы раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 10-15 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
Игровые упражнения: Прыгуны Подлезание Пролезание Перелазание	Группы раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
Физические упражнения и игры: Игры с элементами логоритмики Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика	Группы раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели

	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Группы раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 2- 3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели
2. Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре			
Физкультурные занятия: тематические; • сюжетно-игровые; • игровые; • контрольно-проверочные	Группа раннего возраста (1,5-3л)	2 раза в неделю 10 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	2 раза в неделю 15 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	2 раза в неделю 20 мин.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	3 раза в неделю (3 занятие на прогулке) 25 мин.	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	3 раза в неделю (3 занятие на прогулке) 30 мин.	Воспитатели
Музыкально-ритмические движения	Группа раннего возраста (1,5-3л)	На музыкальных занятиях 3-5 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	На музыкальных занятиях 5-7 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	На музыкальных занятиях 8-10 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	На музыкальных занятиях 10-12 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	На музыкальных занятиях 12-15 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
3. Организация самостоятельной двигательной деятельности			
Самостоятельная двигательная деятельность	Группа раннего возраста (1,5-3л)	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	2 младшая группа (3-4 лет)	1 раз в неделю в групповых помещениях и физкультурном зале. Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)		Воспитатели
4. Физкультурно-массовые мероприятия			
Неделя здоровья	2 младшая группа (3-4 лет)	2-3 раза в год во время каникул	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)		Воспитатели
	Подготовительная группа		Воспитатели

	(6-7 лет)		
Физкультурный досуг	2 младшая группа (3-4 лет)	1-2 раза в месяц	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	30-40 мин.	
	Старшая группа (5-6 лет)	1-2 раза в месяц	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	50-60 мин.	
Спортивный праздник	2 младшая группа (3-4 лет)	2 раза в год	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	50-75 мин.	
	Старшая группа (5-6 лет)	2 раза в год	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	75-90 мин.	
Игры-соревнования между возрастными группами	Старшая группа (5-6 лет)	1-2 раза в год	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	не более 60 мин.	
Спартакиады вне детского сада	Старшая группа (5-6 лет)	1 раз в год	Воспитатели
	Подготовительная группа (6-7 лет)	не более 120 мин.	
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
5. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДООУ и семьи			
Игровые тренировки	Средняя группа (4-5 лет)	По необходимости.	Воспитатели
	Старшая группа (5-6 лет)	Определяются воспитателем в целях совершенствования двигательных умений ребенка	
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	2 младшая группа (3-4 лет)	По потребностям ДООУ и родителей воспитанников	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	Старшая группа (5-6 лет)		
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада	2 младшая группа (3-4 лет)	По потребностям ДООУ и родителей воспитанников	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	Старшая группа (5-6 лет)		
	Подготовительная группа (6-7 лет)		
Пешие прогулки и экскурсии	2 младшая группа (3-4 лет)	В течение учебного года	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	В летний период 1 раз в месяц.	
	Старшая группа (5-6 лет)		
	Подготовительная группа (6-7 лет)		