

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 17 г. Пензы «Земляничка»**

ПРИНЯТ

Педагогическим Советом

МБДОУ детского сада 17

г. Пензы

Протокол № 1

от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕН

Заведующий МБДОУ

детского сада 17 г. Пензы

Шалеева Т.Н.

« » 20 г.

Приказ №

от 20 г.

**Двигательный режим детей 1,5 -3 лет
В МБДОУ детском саду 17 г. Пензы**

№	Виды занятий	Особенности организации	Время мин.
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении	5
1.2.	Двигательная разминка	Ежедневно, во время перерыва между занятиями	5
1.3.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утренней прогулки, по подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей.	20
1.4.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки.	10
1.5.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей.	6-8
1.6.	Физкультурное занятие (развитие движений) Музыкальное развитие	По подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей, в первой половине дня.	10
1.7.	Совместная двигательная деятельность педагога с детьми	Ежедневно под руководством воспитателя. В помещении и на открытом воздухе, с игрушками – двигателями.	15
	Итого за день:		1 час 13 мин
	Итого за неделю:		6 час 05 мин

№	Виды занятий	Особенности организации
2. Самостоятельные занятия		
2.1.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, в помещении или на свежем воздухе, совместно с детьми младшего дошкольного возраста.
2.2.	Физкультурно-спортивные праздники	Участие в физкультурных праздниках 2 раза в год (наблюдение за играми и соревнованиями старших детей. Катание на санках).
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
3.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	По мере организации, по желанию родителей.

Примечание: Двигательная активность детей в течение дня должна достигать до 3,5-4 часов, включая самостоятельную деятельность.

Двигательный режим детей 3-4 лет в МБДОУ детском саду 17 г. Пензы

№	Виды занятий	Особенности организации	Время мин.
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении	5
1.2.	Физкультминутка	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия	2
1.3.	Двигательная разминка	Ежедневно, во время перерыва между занятиями	8
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, по подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей.	15
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки.	10
1.6.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей.	10
1.7.	Физкультурное занятие (развитие движений) Музыкальное развитие	По подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей, в первой половине дня.	15
	Итого за день:		1 час 35 мин
	Итого за неделю:		7 час 25 мин

№	Виды занятий	Особенности организации
2. Самостоятельные занятия		
2.1.	Неделя здоровья	В каникулы
2.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, в помещении или на свежем воздухе, совместно со сверстниками 1-2 групп.
2.3.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год на воздухе или в зале
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
3.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, совместно-родительских мероприятий, недели здоровья, посещения открытых занятий.

Примечание: Двигательная активность детей в течение дня должна достигать до 3,5-4 часов, включая самостоятельную деятельность.

Двигательный режим детей 4-5 лет В МБДОУ детском саду 17 г. Пензы

№	Виды занятий	Особенности организации	Время мин.
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении или на воздухе (до +15 ⁰ С)	10
1.2.	Физкультминутка	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия	6
1.3.	Двигательная разминка	Ежедневно, во время перерыва между занятиями	10
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, по подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей.	20
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки.	18
1.6.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей.	12
1.7.	Физкультурное занятие (развитие движений) Музыкальное развитие	По подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей, в первой половине дня.	20
	Итого за день:		1 час 36мин
	Итого за неделю:		7 час 20мин

№	Виды занятий	Особенности организации
2. Самостоятельные занятия		
2.1.	Неделя здоровья	В каникулы
2.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, в помещении или на свежем воздухе, совместно со сверстниками 1-2 групп.
2.3.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год на воздухе или в зале
2.4.	Игры-соревнования	Между возрастными группами 1-2 раза в год
2.5.	Спартакиада в ФОКе	1 раз в год
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
3.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, совместно-родительских мероприятий, недели здоровья, посещения открытых занятий.

Примечание: Двигательная активность детей в течение дня должна достигать до 3,5-4 часов, включая самостоятельную деятельность.

Двигательный режим детей 5-6 лет В МБДОУ детском саду 17 г. Пензы

№	Виды занятий	Особенности организации	Время мин.
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении или на воздухе (до +15 ⁰ С)	10
1.2.	Физкультминутка	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия	5
1.3.	Двигательная разминка	Ежедневно, во время перерыва между занятиями	10
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, по подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей.	20
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки.	12
1.6.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей.	10
1.7.	Физкультурное занятие (развитие движений) Музыкальное развитие	По подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей, в первой половине дня (1 занятие на воздухе).	25
	Итого за день: Итого за неделю:		1 час 32 мин 6 час 50 мин

№	Виды занятий	Особенности организации
2. Самостоятельные занятия		
2.1.	Неделя здоровья	В каникулы
2.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, в помещении или на свежем воздухе, совместно со сверстниками 1-2 групп.
2.3.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год на воздухе или в зале
2.4.	Игры-соревнования	Между возрастными группами 1-2 раза в год
2.5.	Спартакиада в ФОКе	1 раз в год
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
3.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, совместно-родительских мероприятий, недели здоровья, посещения открытых занятий.

Примечание: Двигательная активность детей в течение дня должна достигать до 3,5-4 часов, включая самостоятельную деятельность.

Двигательный режим детей 6-7 лет В МБДОУ детском саду 17 г. Пензы

№	Виды занятий	Особенности организации	Время мин.
1. Физкультурно-оздоровительные занятия			
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно в помещении или на воздухе (до +15 ⁰ С)	10
1.2.	Физкультминутка	По мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятия	5
1.3.	Двигательная разминка	Ежедневно, во время перерыва между занятиями	10
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, по подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей.	20
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки.	12
1.6.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей.	10
1.7.	Физкультурное занятие (развитие движений) Музыкальное развитие	По подгруппам, подобранным с учётом уровня двигательной активности детей, в первой половине дня (1 занятие на воздухе).	30
	Итого за день:		1 час 42мин
	Итого за неделю:		7 час 30мин

№	Виды занятий	Особенности организации
2. Самостоятельные занятия		
2.1.	Неделя здоровья	В каникулы
2.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, в помещении или на свежем воздухе, совместно со сверстниками 1-2 групп.
2.3.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год на воздухе или в зале
2.4.	Игры-соревнования	Между возрастными группами 1-2 раза в год
2.5.	Спартакиада в ФОКе	1 раз в год
3. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи		
3.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, совместно-родительских мероприятий, недели здоровья, посещения открытых занятий.

Примечание: Двигательная активность детей в течение дня должна доходить до 3,5-4 часов, включая самостоятельную деятельность.