

*Приложение №20 к АООП для детей с ТНР дошкольного возраста
МБДОУ «Детский сад № 35 комбинированного вида»*

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Структура организации двигательного режима.

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	23 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физминутка во время занятия	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
Динамическая пауза между занятиями (если нет физкультуры или музыки)	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Индивид.работа по развитию движений на прогулке	810 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Физкультурные занятия	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Спортивные развлечения	20мин 1 раз в год	30 мин 1 раз/в 6мес	30 мин 1 раз/в 3 мес	40-50 мин 1 раз/в 2мес
Спортивные праздники		20 мин 1 раз/год	30-40 мин 2раз/год	40-60 мин 3раза/год
Неделя здоровья	Осень Весна	Осень Весна	Осень Весна	Осень Весна
Подвижные игры во 2 половине дня	610 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно