

Муниципальное общеобразовательное учреждение Ново-Томышевская основная школа
им.Героя Советского Союза И.Ф.Жукова (МОУ Ново-Томышевская ош)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ Ново-Томышевской ош
Н. В. Балуква
Приказ №105-Д от 24.08.2022

Таблица Двигательный режим

№	Формы организации	Особенности организации
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
3.	Динамические паузы во время ООД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность 12- 15 мин
6.	Оздоровительный бег (в теплое время года)	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность 3-7 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность не более 10 мин.
8.	ООД по физической культуре	3 раза в неделю (с младшей группы и до подготовительной одно на воздухе). Длительность от 10- 30 минут
9.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
10.	Физкультурный досуг	2- раза в год, внутри Дошкольной группы
11.	Физкультурно- спортивные праздники	1- 2 раза в год на воздухе или в группе, длительность - не более 30 мин.
12.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий