

**Организация двигательного режима ГБДОУ «Детский сад №71»**

Вид занятий и форма двигательной активности детей	Группы раннего возраста	Группы дошкольного возраста
<b>Физкультурно-оздоровительные занятия.</b>		
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, согласно графику проведения утренней гимнастики	
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно	
	2-3 мин.	3-5 мин.
Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий	
	1-2 мин.	3-5 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время прогулки, длительность	
	10-15 мин	20-25 мин
Дифференцированные игры-упражнения на прогулке (индивидуально или по подгруппам)	Ежедневно, во время утренней или вечерней прогулки, длительность	
	7-9 мин.	12-15 мин.
Бодрая гимнастика после сна (разминка в постели, ходьба по массажным дорожкам)	Ежедневно	
	5 мин.	10 мин.
Пальчиковая гимнастика	3-4 раза в день	
	2-3 мин	2-3 мин.
Артикуляционная гимнастика	2-3 раза в день	
	2-3 мин.	3-5 мин.
Хозяйственно-бытовой труд, поручения: групповые и индивидуальные	2-3 раза в неделю	
	-	10-30 мин.
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно в разные отрезки режима дня	
Физкультурные и музыкальные занятия	Ежедневно, согласно расписанию.	