

**УТВЕРЖДЕН**

приказом заведующего МБДОУ  
«Детский сад № 30 «Зоренька»  
от 20.05.2024 № 16 - 0

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ**

в летний период

<b>№ п/п</b>	<b>Формы организации двигательной деятельности</b>	<b>Особенности организации и время в режиме дня</b>
<b>ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>		
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на свежем воздухе
2.	Подвижные игры и физические упражнения: - на утренней прогулке, - на дневной прогулке, - на вечерней прогулке.	Ежедневно, учитывая уровень двигательной активности детей
3.	Работа по развитию основных движений: - на дневной прогулке, - на вечерней прогулке.	Ежедневно
4.	Пешие прогулки	1 раз в месяц
5.	Гимнастика после сна	Ежедневно
<b>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОРГАНИЗОВАННАЯ ВЗРОСЛЫМ</b>		
1.	По физической культуре	Два раза в неделю (на улице или в зале в зависимости от погоды)
2.	Музыкально-ритмические	Два раза в неделю (на улице или в зале в зависимости от погоды)
<b>САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>		
	- на утренней прогулке, - на дневной прогулке, - на вечерней прогулке	Ежедневно на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.
<b>АКТИВНЫЙ ОТДЫХ</b>		
1.	Физкультурный досуг	Один раз в месяц
2.	Неделя здоровья	Проводится один раз за лето
3.	Спортивный праздник	Проводится совместно с родителями один раз за лето
4.	Соревнования внутри группы	Проводятся по основным видам движений 1 раз за лето на свежем воздухе
5.	Соревнования между возрастными группами	Проводятся по основным видам движений и физическим качествам на свежем воздухе один раз за лето