

Принят педагогическим советом МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты протокол № 8 от «17» мая 2024 г.

Утвержден приказом заведующего МБДОУ «Детский сад № 65» г. Воркуты От «27» мая 2024 № 87/1/01.20/01

### Модель двигательной активности детей дошкольного возраста.

| <i>Формы организации</i>   | <i>Младшая группа</i>   |
|--|---|
| Подвижные игры во время приёма детей   | Ежедневно 3-5 мин.  |
| Утренняя гимнастика  | Ежедневно 3-5 мин.  |
| Физкультминутки  | 2-3 мин.  |
| Образовательные ситуации по физическому развитию   | 2 раза в неделю 15 мин.   |
| Музыкально – ритмические движения.   | 6-8 мин.  |
| Подвижные игры: <ul style="list-style-type: none"><li>• сюжетные;</li><li>• бессюжетные;</li><li>• игры-забавы;</li><li>• соревнования;</li><li>• эстафеты;</li><li>• аттракционы.</li></ul> | Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.   |
| Оздоровительные мероприятия: <ul style="list-style-type: none"><li>• гимнастика пробуждения</li><li>• дыхательная гимнастика</li></ul>   | Ежедневно 5 мин.  |
| Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"><li>• артикуляционная гимнастика;</li><li>• пальчиковая гимнастика;</li><li>• зрительная гимнастика.</li></ul>    | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.  |
| Физкультурный досуг  | 1 раз в месяц по 10-15 мин.   |
| Спортивный праздник  | 1-2 раза в месяц по 10-15 мин.  |
| Оздоровительный бег  | 2 раза в неделю 2–4 мин   |
| Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе  | 2–3 раза в месяц, длительность 20–30 мин  |
| Специально организованная дозированная ходьба  | Ежедневно 3-5 мин.  |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня  | Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. |

### Модель двигательной активности детей дошкольного возраста.

| <i>Формы организации</i>  | <i>Старшая группа/ Подготовительная группа</i>  |
|---|---|
| Подвижные игры во время приёма детей  | Ежедневно 7-12 мин.   |
| Утренняя гимнастика   | Ежедневно 7-12 мин.   |
| Физкультминутки   | 2-3 мин.  |
| Музыкально – ритмические движения.  | 10-15 мин.  |
| Образовательные ситуации по физическому развитию  | 3 раза в неделю 25-30 мин.  |
| Подвижные игры: <ul style="list-style-type: none"> <li>• сюжетные;</li> <li>• бессюжетные;</li> <li>• игры-забавы;</li> <li>• соревнования;</li> <li>• эстафеты;</li> <li>• аттракционы.</li> </ul> | Ежедневно не менее двух игр по 8-12 мин.  |
| Оздоровительные мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> <li>• гимнастика пробуждения</li> <li>• дыхательная гимнастика</li> </ul>   | Ежедневно 7-8 мин.  |
| Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> <li>• артикуляционная гимнастика;</li> <li>• пальчиковая гимнастика;</li> <li>• зрительная гимнастика.</li> </ul>       | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-15 мин.   |
| Физкультурный досуг   | 1 раз в месяц по 25-35 мин.   |
| Спортивный праздник   | 2 раза в месяц по 25-35 мин.  |
| Оздоровительный бег   | 2 раза в неделю 3–7 мин   |
| Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе   | 2 раза в месяц, длительность 40–75 мин  |
| Специально организованная дозированная ходьба   | Ежедневно 7-12 мин.   |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня   | Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. |

## Модель двигательной активности детей дошкольного возраста.

| <i>Формы организации</i>  | <i>Средняя группа</i>   |
|---|---|
| Подвижные игры во время приёма детей  | Ежедневно 3-5 мин.  |
| Утренняя гимнастика   | Ежедневно 5-8 мин.  |
| Физкультминутки   | 2-3 мин.  |
| Образовательные ситуации по физическому развитию  | 2 раза в неделю 20 мин.   |
| Музыкально – ритмические движения.  | 8 мин.  |
| Подвижные игры: <ul style="list-style-type: none"> <li>• сюжетные;</li> <li>• бессюжетные;</li> <li>• игры-забавы;</li> <li>• соревнования;</li> <li>• эстафеты;</li> <li>• аттракционы.</li> </ul> | Ежедневно не менее двух игр по 7- 10 мин.   |
| Оздоровительные мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> <li>• гимнастика пробуждения</li> <li>• дыхательная гимнастика</li> </ul>   | Ежедневно 5-7 мин.  |
| Физические упражнения и игровые задания: <ul style="list-style-type: none"> <li>• артикуляционная гимнастика;</li> <li>• пальчиковая гимнастика;</li> <li>• зрительная гимнастика.</li> </ul>       | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 5-7 мин.  |
| Физкультурный досуг   | 1 раз в месяц по 20 мин.  |
| Спортивный праздник   | 1-2 раза в месяц по 20 мин.   |
| Оздоровительный бег   | 2 раза в неделю 8 мин   |
| Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе   | 2 раза в месяц, длительность 20 мин   |
| Специально организованная дозированная ходьба   | Ежедневно 5-7 мин.  |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня   | Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. |