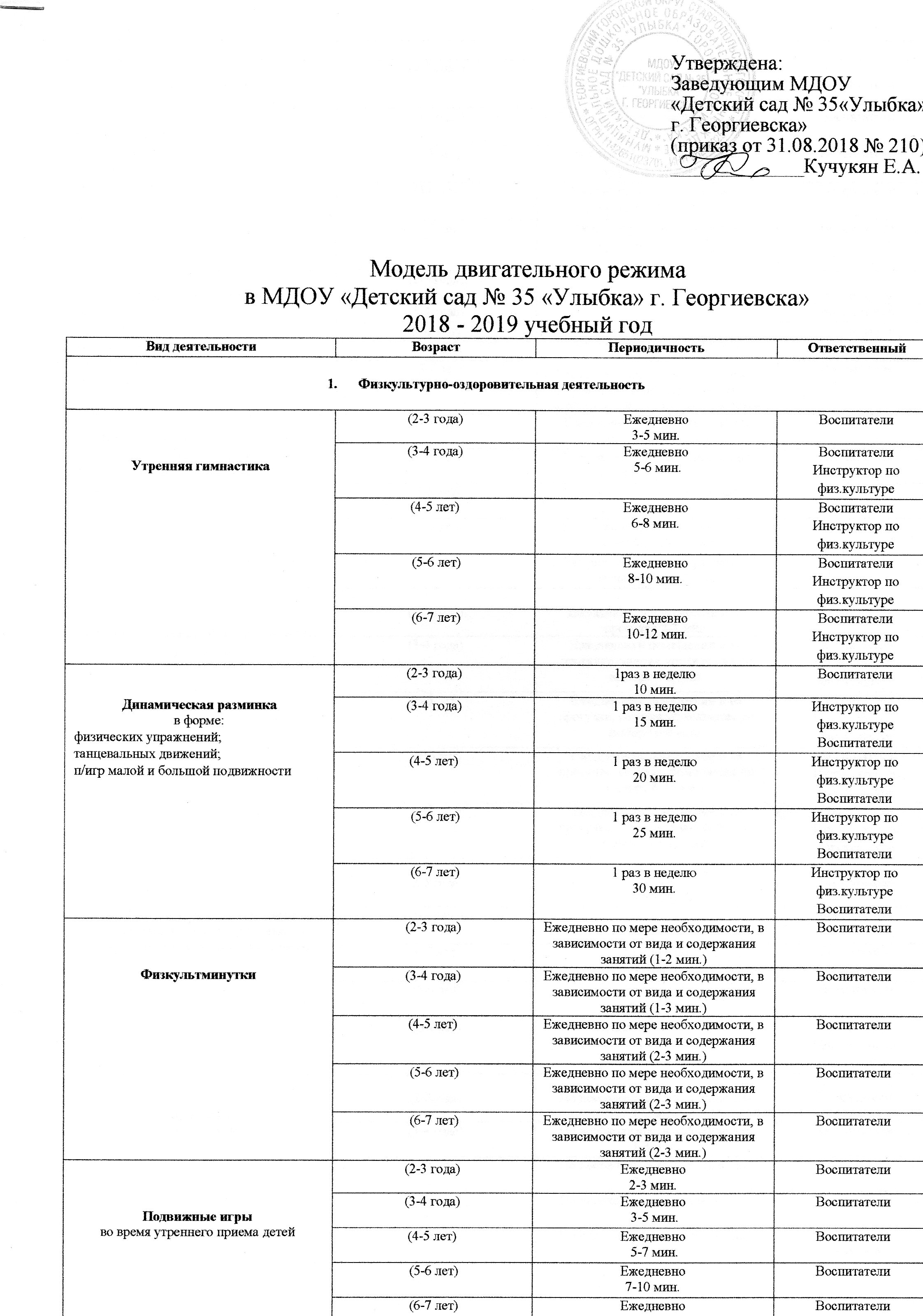
|  |
| --- |
| Утверждена: |
| Заведующим МДОУ |
| «Детский сад № 35«Улыбка» |
| г. Георгиевска» |
| (приказ от 31.08.2018 № 210) |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кучукян Е.А. |



Модель двигательного режима

в МДОУ «Детский сад № 35 «Улыбка» г. Георгиевска»

2018 - 2019 учебный год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | **Возраст** | **Периодичность** | **Ответственный** |
| 1. **Физкультурно-оздоровительная деятельность** | | | |
| **Утренняя гимнастика** | (2-3 года) | Ежедневно  3-5 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно  5-6 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (4-5 лет) | Ежедневно  6-8 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (5-6 лет) | Ежедневно  8-10 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (6-7 лет) | Ежедневно  10-12 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| **Динамическая разминка**  в форме:   * физических упражнений; * танцевальных движений; * п/игр малой и большой подвижности | (2-3 года) | 1раз в неделю  10 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | 1 раз в неделю  15 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (4-5 лет) | 1 раз в неделю  20 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (5-6 лет) | 1 раз в неделю  25 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (6-7 лет) | 1 раз в неделю  30 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **Физкультминутки** | (2-3 года) | Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-2 мин.) | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-3 мин.) | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.) | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.) | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.) | Воспитатели |
| **Подвижные игры**  во время утреннего приема детей | (2-3 года) | Ежедневно  2-3 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно  3-5 мин. | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Ежедневно  5-7 мин. | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Ежедневно  7-10 мин. | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Ежедневно  10-12 мин. | Воспитатели |
| **Подвижные игры:**   * Сюжетные * Бессюжетные * Игры-забавы * Соревнования * Эстафеты * Аттракционы | (2-3 года) | Ежедневно в помещении и на прогулке 10-15 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин. | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин. | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин. | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин. | Воспитатели |
| **Игровые упражнения:**   * Зоркий глаз * Прыгуны * Подлезание * Пролезание * Перелезание | (2-3 года) | Ежедневно в помещении и на прогулке.  Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей | Воспитатели |
| (3-4 года) | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Воспитатели |
| **Физические упражнения и игры:**   * Игры с элементами логоритмики * Артикуляционная гимнастика * Пальчиковая гимнастика | (2-3 года) | Ежедневно сочетая упражнения  по выбору 2-3 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно сочетая упражнения  по выбору 3-5 мин. | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Ежедневно сочетая упражнения  по выбору 6-8 мин. | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Ежедневно сочетая упражнения  по выбору 8-10 мин. | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Ежедневно сочетая упражнения  по выбору 10-12 мин. | Воспитатели |
| **Индивидуальная работа по развитию движений** | (2-3 года) | Ежедневно в помещении и на прогулке 2-3 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (4-5 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (5-6 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (6-7 лет) | Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 10-12 мин. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| **Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами** | (2-3 года) | Ежедневно  3-5 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Ежедневно  5-6 мин. | Воспитатели |
| (4-5 лет) | Ежедневно  6-8 мин. | Воспитатели |
| (5-6 лет) | Ежедневно  8-10 мин. | Воспитатели |
| (6-7 лет) | Ежедневно 10-12 мин.  В физкультурном зале 2 раза в неделю | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| **Упражнения**  **на релаксацию** | (2-3года) | По необходимости в течение дня  1-2 мин. | Воспитатели,  психолог |
| (3-4 года) | По необходимости в течение дня  1-3 мин. | Воспитатели |
| (4-5 лет) | По необходимости в течение дня  2-3 мин. | Воспитатели |
| (5-6 лет) | По необходимости в течение дня  3-5 мин. | Воспитатели |
| (6-7 лет) | По необходимости в течение дня  5-7 мин. | Воспитатели,  психолог |
| **Психогимнастика** | (6-7 лет) | 2 раза в неделю  10-15 мин**.** | Воспитатели  Психолог |
| **2. Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре** | | | |
| **Физкультурные занятия:**   * тематические; * сюжетно-игровые; * игровые; * контрольно-проверочные | (2-3 года) | 2 раза в неделю  10 мин. | Воспитатели |
| (3-4 года) | 2 раза в неделю  15 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (4-5 лет) | 2 раза в неделю  20 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (5-6 лет) | 3 раза в неделю  (3 занятие на прогулке)  25 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (6-7 лет) | 3 раза в неделю  (3 занятие на прогулке)  30 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **Музыкально-ритмические движения** | (3-4 года) | На музыкальных занятиях  3-5 мин. | Музыкальный руководитель  Воспитатели |
| (3-4 года) | На музыкальных занятиях  5-7 мин. | Музыкальный руководитель  Воспитатели |
| (4-5 лет) | На музыкальных занятиях  8-10 мин. | Музыкальный руководитель  Воспитатели |
| (5-6 лет) | На музыкальных занятиях  10-12 мин. | Музыкальный руководитель  Воспитатели |
| (6-7 лет) | На музыкальных занятиях  12-15 мин. | Музыкальный руководитель  Воспитатели |
| **3.Организация самостоятельной двигательной деятельности** | | | |
| **Самостоятельная двигательная деятельность** | (2-3 года) | Ежедневно во всех группах в помещении и  на открытом воздухе.  Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей. | Воспитатели |
| (3-4 года) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (4-5 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (5-6 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (6-7 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| **Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей** | (3-4 года) | 1 раз в неделю в групповых помещениях и физкультурном зале.  Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей. | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (4-5 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (5-6 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| (6-7 лет) | Воспитатели  Инструктор по физ.культуре |
| **4. Физкультурно-массовые мероприятия** | | | |
| **Неделя здоровья** | (3-4 года) | 2 раза в год во время каникул  . | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (4-5 лет) | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (5-6 лет) | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (6-7 лет) | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **Физкультурный досуг** | (3-4 года) | 1-2 раза в месяц  30-40 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (4-5 лет) |
| (5-7 лет) | 1-2 раза в месяц  50-60 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **Спортивный праздник** | (3-4 года) | 2 раза в год  50-75 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| (4-5 лет) |
| (5-7 лет) | 2 раза в год  75-90 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **Игры-соревнования между возрастными группами** | (5-7лет) | 1-2 раза в год  не более 60 мин. | Инструктор по физ.культуре Воспитатели |
| **5. Дополнительные образовательные услуги** | | | |
| **Спортивный кружок**  «Здоровячки» | (5-6 лет) | 1 раз в неделю  до 20 минут | Инструктор по физ.культуре |
| **6. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи** | | | |
| **Игровые тренировки** | (4-5 лет) | По необходимости.  Определяются воспитателем и инструктором по физ.культуре в целях совершенствования двигательных умений ребенка | Воспитатели |
| (5-6 лет) |
| (6-7 лет) |
| **Физкультурные занятия**  **детей совместно с родителями в дошкольном учреждении** | (3-4 года) | По потребностям ДОУ и родителей воспитанников | Воспитатели |
| (4-5 лет) |
| (5-7 лет) |
| **Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада** | (3-4 года) | По потребностям ДОУ и родителей воспитанников | Воспитатели |
| (4-5 лет) |
| (5-7 лет) |
| **Пешие прогулки и экскурсии** | (3-4 года) | В течение учебного года и во время каникул.  В летний период 1 раз в месяц. | Воспитатели |
| (4-5 лет) |
| (5-7 лет) |