

Согласовано:
С Педагогическим советом
Протокол от 29.08.2016 г. № 1



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ № 135
И.И. Виноградова
Приказ от 29.08.2016 № 54/3

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
2-Й МЛАДШЕЙ ГРУППЫ НА 2016-2017 учебный год**

Вид деятельности	Периодичность	Ответственный
1 Физкультурно-оздоровительная деятельность		
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре Муз. руководитель
Динамическая разминка в форме: физических упражнений танцевальных движений подвижных игр малой и большой подвижности	1 раз в неделю 15 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД (1-3 минуты)	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные, игры-забавы, соревнования, эстафеты, аттракционы	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25 минут	Воспитатели
Игровые упражнения	Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
Физические упражнения и игры: Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 минут	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 3-5 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Гимнастика после сна	Ежедневно 5-6 минут	Воспитатели
Упражнения на релаксацию	По необходимости в течение дня 1-3 минуты	Воспитатели
2. Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре		
Физкультурные занятия:	2 раза в неделю 15 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 5-7 минут	Музыкальный руководитель Воспитатели
3. Организация самостоятельной двигательной деятельности		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
4. Физкультурно-массовые мероприятия		
Неделя здоровья	2-3 раза в год во время каникул	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 20-25 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спортивный праздник	2 раза в год 30-45 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели

Согласовано:
С Педагогическим советом
Протокол от 29.08.2016 г. № 1

Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ № 135
И.И. Виноградова
Приказ от 29.08.2016 № 54/3



РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ НА 2016-2017 учебный год

Вид деятельности	Возрастные группы	Периодичность	Ответственный
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика		Ежедневно 6-8 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре Муз. руководитель
Динамическая разминка в форме: физических упражнений танцевальных движений подвижных игр малой и большой подвижности		1 раз в неделю 20 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Физкультминутки		Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД (2-3 минуты)	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные, игры-лабавы, соревнования, эстафеты, аттракционы		Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25 минут	Воспитатели
Игровые упражнения		Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
Физические упражнения и игры: Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика		Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 минут	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений		Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Гимнастика после сна		Ежедневно 6-8 минут	Воспитатели
Упражнения на релаксацию		По необходимости в течение дня 2-3 минуты	Воспитатели
2. Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре			
Физкультурные занятия:		2 раза в неделю 20 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Музыкально-ритмические движения		На музыкальных занятиях 8-10 минут	Музыкальный руководитель Воспитатели
3. Организация самостоятельной двигательной деятельности			
Самостоятельная двигательная деятельность		Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
4. Физкультурно-массовые мероприятия			
Неделя здоровья		2-3 раза в год во время каникул	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Физкультурный досуг		1-2 раза в месяц 20-25 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спортивный праздник		2 раза в год 30-45 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели

Согласовано:
С Педагогическим советом
Протокол от 29.08.2016 г. № 1



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ № 135
И.И. Виноградова
Приказ от 29.08.2016 № 54/3

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШЕЙ ГРУППЫ НА 2016-2017 учебный год

Вид деятельности	Возрастные группы	Периодичность	Ответственный
1 Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика		Ежедневно 8-10 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре Муз. руководитель
Динамическая разминка в форме: физических упражнений танцевальных движений подвижных игр малой и большой подвижности		1 раз в неделю 25 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Физкультминутки		Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД (2-3 минуты)	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные Игры-забавы Соревнования Эстафеты аттракционы		Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 минут	Воспитатели
Игровые упражнения		Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
Физические упражнения и игры: Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика		Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 минут	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений		Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 8-10 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Гимнастика после сна		Ежедневно 8-10 минут	Воспитатели
Упражнения на релаксацию		По необходимости в течение дня 3-5 минуты	Воспитатели
2. Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре			

Физкультурные занятия:	3 раза в неделю (3 занятие на улице) 25 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 10-12 минут	Музыкальный руководитель Воспитатели
3. Организация самостоятельной двигательной деятельности		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
4. Физкультурно-массовые мероприятия		
Неделя здоровья	2-3 раза в год во время каникул	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 25-30 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спортивный праздник	2 раза в год 40-60 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Игры-соревнования между возрастными группами	1-2 раза в год не более 60 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спартакады вне детского сада	1 раз в год не более 120 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели

Согласовано:
С Педагогическим советом
Протокол от 29.08.2016 г. № 1



Утверждаю:
Заведующий ГБДОУ № 135
И.И. Виноградова
Приказ от 29.08.2016 № 54/3

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ НА 2016-2017 учебный год

Вид деятельности	Возрастные группы	Периодичность	Ответственный
1 Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика		Ежедневно 10 – 12 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре Муз. руководитель
Динамическая разминка в форме: физических упражнений танцевальных движений подвижных игр малой и большой подвижности		1 раз в неделю 30 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Физкультминутки		Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания НОД (2-3 минуты)	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные Игры-забавы Соревнования Эстафеты аттракционы		Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 минут	Воспитатели
Игровые упражнения		Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
Физические упражнения и игры: Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика		Ежедневно сочетая упражнения по выбору 10-12 минут	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений		Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 10-12 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Гимнастика после сна		Ежедневно 10-12 минут	Воспитатели
Упражнения на релаксацию		По необходимости в течение дня 5-7 минут	Воспитатели
2. Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре			

Физкультурные занятия:	3 занятия в неделю (3 занятие на улице) 30 минут	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 12-15 минут	Музыкальный руководитель Воспитатели
3. Организация самостоятельной двигательной деятельности		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ. культуре
4. Физкультурно-массовые мероприятия		
Неделя здоровья	2-3 раза в год во время каникул	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Физкультурный досуг	1-2 раза в месяц 25-30 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спортивный праздник	2 раза в год 40-60 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Игры-соревнования между возрастными группами	1-2 раза в год не более 60 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели
Спартакиады вне детского сада	1 раз в год не более 120 минут	Инструктор по физ. культуре Воспитатели