

Приложение №5

Двигательный режим дошкольных групп (возраст 6-7 лет)

Период	Первая половина дня	Вторая половина дня
Ежедневно	Утренняя гимнастика	Гимнастика после дневного сна
	Физминутки во время занятий с преобладанием статистической нагрузки	Физические упражнения и подвижные игры во время прогулки
	Динамическая пауза между занятиями, связанными со статистической нагрузкой	Самостоятельная двигательная деятельность детей.
	Физические упражнения и подвижные игры во время прогулки	Физические упражнения и подвижные игры во время прогулки
	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Самостоятельная двигательная деятельность детей
Еженедельно	Физкультурные занятия (3 раза в неделю)	Корригирующая гимнастика (1-2 раза в неделю)
Ежемесячно	-	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)
В течение года	День здоровья (1 раз в 2 месяца)	
	Неделя здоровья (4 раза в год)	
	Физкультурный праздник (2 раза в год)	