

Организация двигательного режима в летний период

Режимные моменты	Мероприятия	Периодичность	Продолжительность
Утренний приём	Подвижные игры и упражнения	ежедневно	10 мин.
	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин.
Прогулка	Занятия по физической культуре	3 раза в неделю	3-4 года – 15 мин. 4-5 лет – 20 мин. 5-6 лет – 25 мин. 6-7 лет – 30 мин.
	Подвижные игры, упражнения с предметами (мяч, скакалка)	ежедневно	20 мин.
	Развлечения	1 раз в неделю	3-4 года – 15 мин. 4-5 лет – 20 мин. 5-6 лет – 25 мин. 6-7 лет – 30 мин.
Вторая половина дня	Гимнастика после сна	ежедневно	10 мин.
	Подвижные игры, упражнения с предметами (мяч, скакалка)	ежедневно	15 мин.

В жаркую погоду подвижные игры заменяются на игры малой подвижности.