

Режим двигательной активности на прогулке в летний оздоровительный период для разных возрастных групп.

группы		понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Ранний возраст	1.	Подвижные игры с ходьбой и бегом	Подвижные игры с подпрыгиванием	Подвижные игры на ориентирование в пространстве	Подвижные игры с пением (словесные игры)	Подвижные игры с бросанием и ловлей мяча
	2.	Ползание, лазанье	Бросание, передача мяча	Прыжки	Ходьба с перешагиванием через предметы	Катание мяча
Младшие группы	1.	Подвижные игры с ползанием и лазанием	Подвижные игры Сбегом	Подвижные игры с подпрыгиванием и прыжками	Подвижные игры с бросанием и ловлей мяча	Игры-забавы на внимание и ориентацию в пространстве
	2.	Прокатывание мяча	Бросание и ловля мяча	Ползание и лазанье	Ходьба с перешагиванием через предметы	Прыжки
Средние группы	1.	Подвижные игры с бегом	Подвижные игры с бросанием и ловлей мяча	Подвижные игры С подлезанием, лазанием	Подвижные игры с ползанием и игры-забавы	Подвижные игры с прыжками
	2.	Бросание, отбивание мяча	Прыжки через скакалку	Метание в даль, цель	Перепрыгивание, допрыгивание	Ползание, лазанье
Старшие группы .	1.	Подвижные игры с прыжками	Игры-эстафеты	Подвижные игры с мячом	Спортивные игры, Подвижные игры с лазанием	Игры-забавы, Подвижные игры с бегом
	2.	Метание в даль, в цель	Отбивание мяча	Прыжки через скакалку	Прыжку в длину, в высоту	Ползание, лазанье