|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Виды***  ***технологий*** | ***Результативность применения*** | ***Время проведения в режиме дня*** |
| Гимнастика после сна | Поднимается настроение, мышечный тонус детей | После сна в группе, каждый день |
| Динамические  Паузы | Снимается утомление, напряжение, переключение на другой вид деятельности | Во время занятий 2-3 минуты по мере утомляемости детей |
| Подвижные и  спортивные  игры | Формируются умения и навыки правильного выполнения движений, развитие двигательной активности, укрепление мышц. | На прогулке и в группе ежедневно |
| Физкультминут  ка. | Снимается утомление, напряжение, переключение на другой вид деятельности | Во время ОД Рекомендуется для всех детей |
| Пальчиковая  гимнастика | Развитие мелкой моторики, улучшение координации движений, подготовка руки к письму | В любой удобный отрезок времени |
| Прогулки на свежем воздухе | Укрепление здоровья, закаливание организма, активизация двигательной активности | Ежедневно в 1 и 2 половину дня |
| Самостоятельная двигательная активность. | Развитие двигательной активности, укрепление здоровья. | Ежедневно, под руководством педагога, в помещении и на открытом воздухе. |