

Организация физического воспитания (двигательный режим)

Формы организации	Группы			
	Младшая № 1, 2, 3	Средняя № 4, 5, 6	Старшая № 7, 8, 9	Подготовительная № 10, 11, 12
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>				
П/игры во время приема детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5 -7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.
Физминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкальное занятие музыкально-ритмические движения 2р/нед	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Подвижные игры	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10-12мин
Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения, дыхательная, для глаз	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 7 мин	Ежедневно 8 мин
Артикуляционная гимнастика, пальчиковая	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 7 мин	Ежедневно 8 мин.
<i>2. Физкультурные занятия</i>				
Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
Физкультурные	—	—	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут

занятия на свежем воздухе				
<i>3. Спортивный досуг</i>				
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
Физ. досуг	1 раз в квартал 10-15 мин	1р/месяц 20 мин.	1р/месяц 25 мин	1р/месяц 30 мин
Спортивный праздник	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	