

Модель двигательного режима МБДОУ «Детский сад № 9»

№ п/п	Мероприятия	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
		Ежедневно				
1.	Утренняя гимнастика	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин
2.	Учебные занятия по физической культуре	10 мин 2 р. в неделю	15 мин 2 р. в неделю	20 мин 2 р. в неделю	30 мин 2 р. в неделю	30 мин 2 р. в неделю
3.	Учебные занятия по физической культуре на свежем воздухе	10 мин 1 р. в неделю	15 мин 1 р. в неделю	20 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю
4.	Плавание	-	-	20 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю
5.	Музыкально-ритмические занятия	-	15 мин 1 р. в неделю	20 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю	30 мин 1 р. в неделю
6.	Физкультминутки на занятиях	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
7.	Подвижные игры на прогулке и игровые упражнения	ежедневно м/п, б/п	ежедневно м/п, б/п	ежедневно м/п, б/п	ежедневно м/п, б/п	ежедневно м/п, б/п
8.	Оздоровительная гимнастика после сна	15 мин	15 мин	10 мин	10 мин	10 мин
9.	Творческая деятельность детей (праздники, досуги, развлечения)	1 р. в неделю 10-15 мин	1 р. в неделю 15-20 мин	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивный досуг 1 раз в месяц • Праздники, развлечения 1 раз в неделю 20-35 мин 		
10.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно в утренние и вечерние промежутки времени, на прогулке				
11.	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно в утренние и вечерние промежутки времени, в перерывах между занятиями, на прогулке. Характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.				