

**МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ В МКДОУ ДС № 15
«Сказка» с. Высоцкое**

№п\п	Виды занятий	Особенности организации
I.	Физкультурно-оздоровительные занятия	
1.1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале (10-15 минут)
1.2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями (с преобладанием статистических поз)	Ежедневно в течении 7-10 минут
1.3.	Физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (3-5 минут)
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно во время утренней прогулки по подгруппам (подобранными с учетом уровней детей)
1.5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время вечерней прогулки (12-15 минут)
1.6.	Прогулки - походы в лес или ближайший парк - пешие	2-3 мес., во время отведенное для физкультурного занятия, организованных воспитателем игр и упражнений - 6- 120 мин.
1.7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5 - 7 человек, время утренней прогулки
1.8.	Гимнастика после дневного сна под музыку	2-3 раза в неделю, по мере пробуждения дете
1.9.	Корректирующая гимнастика	После дневного сна (10-12 минут)
II.	Учебные занятия	
2.1.	По физической культуре	3 раза в неделю, по подгруппам (на воздухе 35-40 минут с учетом уровня детей)
2.2.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя на воздухе
III.	Физкультурно - массовые занятия	
3.1.	Неделя здоровья(каникулы)	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
3.2.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц на воздухе (50-60 минут)
3.3.	Физкультурно спортивные праздники на открытом воздухе	2 раза в год (75-90 минут)
3.4.	Игры - соревнования между возрастными группами	1 раз в год (60 минут)
IV.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа д/с и семьи	
4.1	Домашние задания	Определяются воспитателем
V	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях д/с	