*Физкультурно-оздоровительная работа*

Режим двигательной активности

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Формы работы | Виды занятий | Количество и длительность занятий  (в мин.) возрастная группа | | | |
| 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
| Физкультурные занятия | в помещении | 2 раза в неделю  15–20 | 2 раза в неделю 20-25 | 2 раза в неделю 25-30 | 2 раза в неделю 30-35 |
| на улице | 1 раз в неделю  15–20 | 1 раз в неделю  20-25 | 1 раз в неделю  25-30 | 1 раз в неделю  30-35 |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика (по желанию детей) | Ежедневно  5–6 | Ежедневно 6-8 | Ежедневно  8-10 | Ежедневно  10-12 |
| Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)  15–20 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)  20-25 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)  25-30 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером)  30-40 |
| Физкультминутки (в середине статистического занятия) |  | \_\_\_\_ | 1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 1-3 ежедневно в зависимости от вида и  содержания занятий |
| Активный отдых | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц  25-30 | 1 раз в месяц 40 |
| Физкультурный праздник | \_\_\_\_\_\_\_ | 2 раза в год до 60  мин. | 2 раза в год до 60 мин. | 2 раза в год до 60 мин. |
| День здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| Самостоятельная двигательная активность | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| Самостоятельные подвижные и спортивные игры | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |

*Планирование образовательной деятельности для детей дошкольного возраста от 2 до 7 лет*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Организованная образовательная деятельность | | | | | |
| Базовый вид деятельности | Первая младшая группа | Вторая младшая группа | Разновозрастная группа | | Старшая группа |
| Средняя подгруппа | Подготовительная подгруппа |
| Физическая культура в помещении | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Физическая культура на прогулке | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю |
| Познавательное развитие | 1 раз в неделю | 2 раз в неделю | 2 раза в неделю | 4 раза в неделю | 3 раза в неделю |
| Развитие речи | 2 раза в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 3 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Рисование | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| Лепка | 1 раз в неделю | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели |
| Аппликация | ----- | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели |
| Музыка | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю |
| ИТОГО | 10 занятий в неделю | 10 занятий в неделю | 10 занятий в неделю | 15 занятий в неделю | 13 занятий в неделю |
| Образовательная деятельность в ходе режимных моментов | | | | | |
| Утренняя гимнастика | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Комплексы закаливающих процедур | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Гигиенические процедуры | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Ситуативные беседы при проведении режимных моментов | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Чтение художественной литературы | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Дежурства | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Прогулки | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | Ежедневно |
| Самостоятельная деятельность детей | | | | | |
| Игра | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно | ежедневно |