УТВЕРЖДЕНО
Приказом от 02.09.2019г. №71
Заведующий МАДОУ д/с о/в №13
М.В. Сотникова

МОДЕЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Вид занятий и формы двигательной активности	***Особенности организации***
Физкультурно – оздоровительная работа	
Утренняя гимнастика	*Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность 10-15 минут*
Подвижные игры и физ.упражнения на прогулке	*Ежедневно, во время утренней прогулки, длительность 20-25 минут*
Физкультминутка	*Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий 3-5 минут*
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с контрастными воздушными ваннами; закаливающие процедуры	*2-3 раза в неделю группами по 7-10 детей, проводятся после дневного сна в течении 5-7 минут.*
Гимнастика после дневного сна	*Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей, длительность не более 20 минут*
НОД в режиме дня	
По физической культуре, физические занятия	*3 раза в неделю, одно в часы прогулки (15-35 минут)*
Самостоятельная двигательная деятельность	*Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей*
Активный отдых	
День здоровья	*1 раз в квартал*
Физкультурно – спортивные праздники	*3 раза в год (50-90 минут)*
Физкультурный досуг	*1-2 раза в месяц (20-40 минут)*
Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи	
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ	*Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников. Дня здоровья: посещение открытых занятий, не реже 1 раза в квартал*