

Система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 115»

Формы организации	Первая группа раннего возраста (1,5-2)	Вторая группа раннего возраста (2-3)	Младшая группа (3-4)	Средняя группа (4-5)	Старшая группа (5-6)	Подготовительная к школе группа (6-7)
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность в режиме дня						
Утренняя гимнастика	-	ежедневно 10 минут	ежедневно 10 минут	ежедневно 10 минут	ежедневно 10 минут	ежедневно 10 минут
Двигательная разминка перед ООД (по необходимости)	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физкультминутки (в середине статистического занятия)	1-2 мин	1-2 мин	2-3 мин	3-4 мин	3-5 мин	3-5 мин
2. Оздоровительные мероприятия						
Прием детей на свежем воздухе	Летний период года					
Сквозное проветривание	Допускается при отсутствии детей в холодное время года Прекращается за 30 минут до прихода детей.					
Одностороннее проветривание	Допускается в присутствии детей (в теплое время года) +20+22					
Гигиенические процедуры	В течение дня прохладной водой					

(умывание)						
Игры с водой	Летний период года + 23(воздух) +20 (вода)					
Подвижные и спортивные игры, упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 5-8 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 5-8 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 6-10 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин
3. Организованная образовательная деятельность						
Занятия физической культурой в помещении	2 раза в неделю 10 мин по подгруппам	2 раза в неделю 10 мин по подгруппам	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
Занятия физической культурой на улице	-	-	-	-	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
4. Активный отдых						
Физкультурные досуги	-	1 раз в квартал 15 мин	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 30 мин
Физкультурные праздники	-	-	-	2 раза в год 30 мин	2 раза в год 45 мин	2 раза в год 45 мин
Дни здоровья	-	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
5. Самостоятельная двигательная деятельность детей						
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.					

Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно (под руководством воспитателя)	ежедневно (под руководством воспитателя)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях	6. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи					
	Подготовка и проведение физкультурных праздников, посещение открытых ООД					