

**Модель двигательного режима по всем возрастным группам
в МАДОУ «Детский сад № 9 «Радуга»**

Вид занятия/формы работы	I младшая группа/	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
ООД по физической культуре	2 р/нед 8-10	2 р/нед 15	2 р/нед 20	25	30
ООД по физической культуре на улице (1 раз в неделю)	-	-	-	25	30
ООД по обучению плаванию подгрупповые	-	1 раз в неделю 15	1 раз в неделю 20	1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
ООД по музыкальному воспитанию (2 раза в неделю)	8-10	15	20	25	30
Подвижные игры и физические упражнения на дневной прогулке	10-15	15-20	20-25	25-30	30
Подвижные игры и физические упражнения на вечерней прогулке	10	10	15	15	20
Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	15	15	15	15	15
Динамические паузы	10	10	10	10	10
«Неделя здоровья»	2 раз в год				
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	15	20	25	30	35
Физкультурный праздник 2 раза в год	-	-	45	до 60	до 60
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно				
Самостоятельная двигательная активность детей в группе	ежедневно				
Самостоятельная двигательная активность детей на прогулке	ежедневно				
Индивидуальная работа по развитию движений	5	5	10	15	15

Для организации режима двигательной активности оборудован физкультурный зал, бассейн, спортивная площадка, имеется разнообразное оборудование на участках. Имеется оборудование для развития движений и игр детей, спортивные снаряды и атрибуты для организации бега, ходьбы, лазания, метания, подвижных игр – в соответствии с рекомендациями к определению минимального обязательного набора инвентаря и оборудования для занятий физическими упражнениями и спортом. Среда для физического развития и оздоровления детей отвечает необходимым санитарным и гигиеническим нормам.