

Система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ "Д/с "Колокольчик"

| № | Формы организации | Особенности организации | | | | |
|---|---|---|--|---|---|---|
| | | 1,5-3 | 3-4 | 4-5 | 5-6 | 6-7 |
| 1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада | | | | | | |
| 1.1. | Утренняя гимнастика | Ежедневно в группе в игровой форме (3-4 мин) | Ежедневно в зале ОРУ в игровой форме (4-6 мин) | Ежедневно в зале (6-8 мин) | Ежедневно в зале (8-10 мин) | Ежедневно в зале (10-12 мин) |
| 1.2. | Физкультминутка | | В середине времени, отведенного на ООД | В середине времени, отведенного на ООД | В середине времени, отведенного на ООД | В середине времени, отведенного на ООД |
| 1.3. | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно 5 минут | Ежедневно 5-7 минут | Ежедневно 10-15 минут | Ежедневно 15-20 минут | Ежедневно 25-30 минут |
| 1.4. | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно во время прогулок | Ежедневно во время прогулок | Ежедневно во время прогулок | Ежедневно во время прогулок | Ежедневно во время прогулок |
| 1.5. | Гимнастика пробуждения с воздушными ваннами и дыхательными упражнениями | Ежедневно после дневного сна 2-3 упражнения | Ежедневно после дневного сна 2-3 упражнения | Ежедневно после дневного сна 2-3 упражнения | Ежедневно после дневного сна 2-3 упражнения | Ежедневно после дневного сна 2-3 упражнения |
| 2. Непосредственно образовательная деятельность | | | | | | |
| 2.1. | Занятия физической культурой (спортивный зал) | 2, 3 раза в неделю длительность 10 мин. | 3 раза в неделю длительность 15 мин. | 3 раза в неделю длительность 20 мин. | 3 раза в неделю длительность 25 мин. | 3 раза в неделю длительность 30 мин. |
| 2.2. | Занятия физической культурой (на открытом воздухе) | - | - | - | 1 раз в неделю длительность 25 мин. | 1 раз в неделю длительность 30 мин. |
| 3. Спортивный досуг | | | | | | |
| 3.1. | Самостоятельная двигательная активность | Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей | | | | |
| 3.2. | Спортивные праздники | - | - | 1 раз летом | 2 раза в год | |
| 3.3. | Физкультурные развлечения | 1 раз в квартал в вечернее время (проводит воспитатель) | | 1 раз в месяц в вечернее время (проводит воспитатель) | | |

В процессе организации физкультурно оздоровительной работы осуществляется интеграция с образовательными областями: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, познавательное развитие и художественноэстетическое развитие.