Приложение № 17
приказ № 188 от «01» августа 2019 года

**Модель физического воспитания**
**групп МБДОУ ЦРР – ДС ст. Северской МО Северский район на 2019-2020 учебный год**

| № п/п | Мероприятия | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | **Утренняя гимнастика** | Ежедневно 5-6 мин. | Ежедневно 6-8 мин. | Ежедневно 8-10 мин. | Ежедневно 10 мин. |
| 2 | **Физкультминутки** | Ежедневно по мере необходимости (до 3 мин.) | | | |
| 3 | **Игры и физические упражнения на прогулке** | Ежедневно 6-10 мин. | Ежедневно 10-15 мин. | Ежедневно 15-20 мин. | Ежедневно 20-30 мин. |
| 4 | **Закаливающие процедуры** | Ежедневно после дневного сна | | | |
| 5 | **Дыхательная гимнастика** | Ежедневно после дневного сна | | | |
| 6 | **Занятия на тренажерах, спортивные упражнения** | 1-2 раза в неделю 15-20 мин. | 1-2 раза в неделю 20-25 мин. | 1-2 раза в неделю 25 -30 мин. | |
| 7 | **Физкультурные занятия в спортивном зале** | 3 раза в неделю 15 мин. | 3 раза в неделю 20 мин. | 2 раза в неделю 25 мин. | 2 раза в неделю 30 мин. |
| 8 | **Физкультурные занятия на свежем воздухе** | - | - | 1 раз в неделю 25 мин. | 1 раз в неделю 30 мин. |
| 9 | **Ритмическая гимнастика** | 1 раз в неделю 15мин. | 1 раз в неделю 20 мин. | 1 раз в неделю 25 мин. | 1 раз в неделю 30 мин. |
| 10 | **Самостоятельная двигательная деятельность** | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка) | | | |
| 11 | **Спортивные праздники** | - | Летом 1 раз в год | 2 раза в год | |
| 12 | **Физкультурные досуги и развлечения** | 1 раз в квартал | 1 раз в месяц | | |
| 13 | **Дни здоровья** | 2 раза в год | | | |

И.о. директора В.В. Михайлова