

Утверждаю:

Заведующая МДОУ №53

А.О.Яланузян

Модель двигательного режима на 2014-2015 учебный год

Формы организации	1-а младшие группы	2-е младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
Утренняя гимнастика	3-4 мин	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10 мин
Физическая культура	3 раза в неделю				
	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Музыка	2 раза в неделю				
	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Гимнастика пробуждения	3-4 мин	5-6 мин	5-8 мин	8 мин	10 мин
Подвижные игры на прогулке (утро, вечер)	10 мин	15 мин	20 мин	20 мин	30 мин
Подвижные игры в группе (утро, вечер)	4-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	20 мин
Физкультминутки	2-3 мин	4-5 мин	4-5 мин	6-7 мин	6-7 мин
Спортивные игры	-	-	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю				

Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей				
Физкультурный досуг	1 раз в месяц				
	20 мин	25 мин	35 мин	40 мин	
Спортивный праздник	2 раза в год				
	15 мин	20-25 мин	25-30м	50-60м	50-60м