

Модель двигательной активности детей

Содержание	Особенности организации
Условия РППС для организации двигательной активности	Освобождение пространства группового помещения.
1.Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
1.1.Утренняя гимнастика	Ежедневно
1.2.«Массаж волшебных точек»	Ежедневно после гимнастики
2.Учебные занятия	
2.1.Физическая культура	2 раза в неделю
2.2.Оздоровительные мероприятия - плавание	1 раз в неделю
2.3.Физминутка	Во время занятий
3.Прогулка или динамический час	
3.1.Дозированная ходьба, пробежка	Выход на прогулку и возвращение в ДОУ
3.2.Подвижные игры	Ежедневно утром и вечером
3.3.Физические упражнения, закрепление	Ежедневно утром и вечером
3.4.Индивидуальная работа по развитию основных движений	
3.5Закрепление музыкально-ритмических движений	
4.Оздоровительный комплекс после сна	
4.1.Зарядка в кроватках	Ежедневно, после пробуждения
4.2.Взаимомассаж	Ежедневно
4.3.Ходьба по дорожкам здоровья	Ежедневно после сна
4.4.Профилактическая гимнастика по нарушению осанки и плоскостопию	Ежедневно после дневного сна
5.Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
6.Музыкальная минутка (танцевальные упражнения)	ежедневно
6.Физкультурный досуг	1 раз в месяц
8.Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи по плану	

Двигательный режим в каждой возрастной группе определяется индивидуально.