

Охрана здоровья воспитанников в ДОУ

Педагоги придерживаются модели организации двигательного режима					
№	Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1	Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед.	10 час/неделю	10 часов и более в неделю
2	Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 минут
3	Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 минуты	2-3 минуты	3-5 минут	3-5 минут
4	Физминутка во время совместной деятельности	2-3 минуты	2-3 минуты	2-3 минуты	2-3 минуты
5	Динамическая пауза между двумя видами деятельности (если нет физкультуры или музыки)	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут
6	Подвижная игра на прогулке	6-10 минут	10-15 минут	15-20 минут	15-20 минут
7	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 минут	10-12 минут	10-15 минут	10-15 минут
8	Динамический час на прогулке	15-20 минут	20-25 минут	25-30 минут	30-35 минут
9	Физкультура	15-20 минут	20-25 минут	25-30 минут	30-35 минут
10	Музыка	15-20 минут	20-25 минут	25-30 минут	30-35 минут
11	Гимнастика после дневного сна	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут
12	Спортивные развлечения	20 минут 1 раз/мес	30 минут раз/месяц	30 минут 1 раз в месяц	40-50 минут 1 раз в месяц
13	Спортивные праздники	20 минут 2 раза в год	40 минут 2 раза в год	60-90 минут 2 раза в год	60-90 минут 2 раза в год
14	День здоровья	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
15	Подвижные игры во 2-ой половине дня	6-10 минут	10-15 минут	15-20 минут	15-20 минут
16	Прогулки, походы			1 час 1 раз в квартал	1,5 часа 1 раз в квартал
17	Самостоятельная двигательная активность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно