**Система физкультурно-оздоровительной работы в МДОУ «Детский сад №23»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Основные формы и методы образовательной деятельности*** | | ***Периодичность и особенности организации детей*** | | |
| ***Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)*** | | | | |
| Организованная образовательная деятель­ность по физическому развитию детей | | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (12-15 минут) | | |
| Игровая утренняя гимнастика | | ежедневно с подгруппой детей  (5-7 минут) | | |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | | ежедневно с группой или подгруппой детей (10-12 минут) | | |
| Гимнастика пробуждения с включением общеразвивающих упражнений | | ежедневно с группой детей  (7-10 минут) | | |
| Комплекс имитационных упражнений с прове­дением беседы, с использованием произведе­ний художественной литературы и рассматриванием иллюстраций | | 2 раза в неделю с подгруппой детей  (не более 7 минут) | | |
| Дифференцированные игры и упражнения с учетом уровня двигательной активности и гендерных особенностей детей | | 1 раз в неделю с подгруппой детей  (3-5 минут) | | |
| Свободная деятельность детей, уход детей домой | | 18.30-19.00 | | |
| Игры и упражнения в семье | | индивидуально и с родителями | | |
| ***Средняя группа (от 4 до 5 лет)*** | | | | |
| Организованная образовательная деятель­ность по физическому развитию детей. | | | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (15-20 минут) | |
| Игровая утренняя гимнастика. | | | ежедневно с подгруппами детей  (7-10 минут) | |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. | | | ежедневно с группой или подгруппой детей (10-12 минут) | |
| Игровая гимнастика после дневного сна с включением общеразвивающих упражнений | | | ежедневно с группой детей  (10-12 минут) | |
| Комплекс имитационных упражнений с прове­дением беседы, с использованием произведе­ний художественной литературы и рассматриванием иллюстраций. | | | 2 раза в неделю с подгруппой детей  (не более 7 минут) | |
| Дифференцированные игры и упражнения с учетом уровня двигательной активности и гендерных особенностей детей. | | | 1 раз в неделю с подгруппами детей  (по 5 минут) | |
| ***Старшая группа (от 5 до 6 лет)*** | | | | |
| Организованная образовательная деятельность по физическому развитию детей | | | 3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (25 минут) | |
| Игровая утренняя гимнастика | | | Ежедневно с подгруппами детей  (по 10—12 минут) | |
| Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | | | Ежедневно с подгруппами детей (по 12—15 минут) | |
| Гимнастика пробуждения после дневного сна с включением общеразвивающих упражнений | | | Ежедневно с группой детей  (10-12 минут) | |
| Комплекс общеразвивающих упражнений с проведением беседы, с использованием про­изведений художественной литературы и рас­сматриванием иллюстраций | | | 1 раз в неделю с подгруппами детей  (не более 10 минут) | |
| Дифференцированные игры и упражнения с учетом индивидуальных и гендерных особен­ностей детей | | | 1 раз в неделю с подгруппами детей  (по 5 минут) | |
| ***Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)*** | | | | |
| Организованная образовательная деятельность по физическому развитию детей | | | | 3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (30 минут) |
| Игровая утренняя гимнастика | | | | Ежедневно с подгруппами детей  (по 10—15 минут) |
| Подвижные игры и физические упражнения  на прогулке | | | | Ежедневно с подгруппами детей  (по 12—15 минут) |
| Гимнастика пробуждения с включением общеразвивающих упражнений | | | | Ежедневно с группой детей  (12-15 минут) |
| Комплекс общеразвивающих упражнений с проведением беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций | | | | 1 раза в неделю с подгруппами детей  (не более 10 минут) |
| Дифференцированные игры и упражнения с учетом индивидуальных и гендерных особенностей детей | | | | 2 раза в неделю с подгруппами детей  (по 5-7 минут) |
|  |