**Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г**

**Заведующий МБДОУ №3**

 **\_\_\_\_\_\_ Тасоева Р.Г**

**Физкультурно – оздоровительная работа в младшей группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Утренний прием** | 7.00 – 8.15 |
| **2** | **Утренняя гимнастика** | 8.20 – 8.25 |
| **3** | **Проветривание помещения** | 7.00 – 7.15 *– до прихода детей.* 10.50 - 11.20 - *во время прогулки*15.10 – 15.20 – *после сна* |
| **4** | **Профилактика и коррекция стопы и осанки** | 8.20 – *во время утренней гимнастики*9.25 – 9.40 – *на физ. занятиях – вторник, четверг, пятница* |
| **5** | **Пальчиковая гимнастика** | *Ежедневно*: 9.00; 9.25 |
| **6** | **Физ. минутки: 2-3 мин** | *В середине занятия* 9.08 - *1-ое занятие*9.33 - *2-ое занятие* |
| **7** | **НОД – физ. занятие** | 9.25 – 9.40 – *вторник, четверг, пятница* |
| **8** | **Гимнастика для глаз** | *Во время занятий*  |
| **9** | **Двигательная разминка между занятиями** | 9.15 – 9.25;9.40 – 9.50 |
| **10** | **Подвижные игры и упражнения на прогулке** | 10.15 – 11.50 |
| **11** | **Индивидуальная работа по развитию движений** | 12-15 *мин ежедневно в 1-ой и 2-ой* *половине дня* |
| **12** | **Рижский метод закаливания** | 12.30 *-- после обеда* |
| **13** | **Гимнастика после сна** | 15.00 – 15.05 |
| **14** | **Точечный массаж** | 15.10 – 15.15 *или в течении дня* |
| **15** | **Дни здоровья** | *Один раз в квартал*: 17.10.19г; 13.02.20г; 18.04.20г. |
| **16** | **Физкультурные досуги** | *1 раз в месяц (третья среда)*18.09.19г; 23.10.19г20.11.19г; 18.12.19г22.01.20г; 19.02.20г18.03.20г; 22.04.20г20.05.20г; 17.06.20г |

 **Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г**

**Заведующий МБДОУ №3**

 **\_\_\_\_\_\_ Тасоева Р.Г**

**Физкультурно – оздоровительная работа в старшей группе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Утренний прием** | 7.00 – 8.15 |
| **2** | **Утренняя гимнастика** | 8.20 – 8.30 |
| **3** | **Проветривание помещения** | 7.00 – 7.15 – *до прихода детей.* 10.50 - 11.20 *- во время прогулки*15.10 – 15.20 – *после сна* |
| **4** | **Профилактика и коррекция стопы и осанки** | 8.20 – *во время утренней гимнастики*9.25 – 9.40 – *на физ. занятиях – понедельник, среда, пятница* |
| **5** | **Пальчиковая гимнастика** | *Ежедневно:* 9.00; 9.35; 10.10. |
| **6** | **Физ. минутки: 2-3 мин** | *В середине занятия* 9.12 - *1-ое занятие*9.47 - *2-ое занятие* |
| **7** | **НОД – физ. занятие** | 10.10 -- *понедельник, среда, пятница* |
| **8** | **Гимнастика для глаз** | *Во время занятий*  |
| **9** | **Двигательная разминка между занятиями** | 9.25 – 9.35;10.00 – 10.10. |
| **10** | **Подвижные игры и упражнения на прогулке** | 10.45 – 12.25 |
| **11** | **Индивидуальная работа по развитию движений** | 12-15 *мин ежедневно в 1-ой и 2-ой половине дня* |
| **12** | **Рижский метод закаливания** | 13.00 |
| **13** | **Гимнастика после сна** | 15.00 – 15.07 |
| **14** | **Точечный массаж** | 15.10 – 15.15 *или в течение дня* |
| **15** | **Дни здоровья** | *Один раз в квартал:* 17.10.19г; 13.02.20г; 18.04.20г. |
| **16** | **Каникулы** | С 25.12.19г по 13.01.20г; С 23-03-20г по 01-03-20г. |
| **17** | **Физкультурные праздники** | *Два раза в год: зимой и летом* |
| **18** | **Физкультурные досуги** | *1 раз в месяц (третий вторник)*17.09.19г; 22.10.19г19.11.19г; 17.12.19г21.01.20г; 18.02.20г24.03.20г; 21.04.20г19.05.20г; 23.06.20г |