**Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_20\_\_» \_\_\_\_\_08\_\_\_\_\_ 2021г**

**Врио заведующей МБДОУ №3**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тедеева В.Е.**

**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 – понедельник, среда*, 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 течение дня*** |
| **15** | **Дни здоровья** | ***Один раз в квартал*: 21.10.21г; 17.02.22г; 21.04.22г.** |
| **16** | **Физкультурные досуги** | ***1 раз в месяц (третий понедельник)***  **20.09.21г; 18.10.21г**  **22.11.21г; 20.12.21г**  **24.01.22г; 15 .02.22г**  **21.03.22г; 18.04.22г**  **23.05.22г; 20.06.22г** |

**Утвержден**

**Педагогическим советом**

**Протокол №1**

**От «\_\_20\_\_» \_\_\_\_\_08\_\_\_\_\_ 2021г**

**Врио заведующей МБДОУ №3**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тедеева В.Е.**

**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:* 21.10.21г; 17.02.22г; 21.04.22г.** |
| **16** | **Каникулы** | **С 27.12.21г по 10.01.22г;**  **С 20-03-22г по 01-04-22г. (включительно)** |
| **17** | **Физкультурные праздники** | ***Два раза в год: зимой и летом*** |
| **18** | **Физкультурные досуги** | ***1 раз в месяц (третий вторник)***  **22.09.21г; 20.10.21г**  **17.11.21г; 22.12.21г**  **19.01.22г; 16.02.22г**  **23.03.22г; 20.04.22г**  **18.05.22г; 22.06.22г** |