

Модель режима двигательной активности (ДА)

Виды и формы ДА	Вариативность содержание ДА	Особенности организации ДА
<i>Утренняя гимнастика</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровая; • сюжетно-игровая; • имитационная; • коррекционная 	Ежедневно: утром на воздухе или в группе, длительностью от 10 до 15 мин. (в соответствии с возрастом детей)
<i>Занятия по физической культуре</i>	<ul style="list-style-type: none"> • тренировочное; • контрольно-проверочное; • игровое; • сюжетно-игровое; • дыхательная гимнастика 	2 занятия в неделю в групп, одно на улице (в теплое время года большая часть занятий проводится на свежем воздухе) по подгруппам, составленным с учетом количества.
<i>Музыкально-ритмические движения</i>	<ul style="list-style-type: none"> • имитационные; • с использованием звуковых сигналов; • игровые и сюжетные; • пластические 	2 раза в неделю на музыкальных занятиях.
<i>Физкультминутка</i>	<ul style="list-style-type: none"> • пальчиковая гимнастика; • игровая; • зрительная гимнастика для снятия напряжения сетчатки глаз. • тренировки глазомера 	Проводится во время занятий со статической позой, длительностью 3-5 мин.
<i>Двигательная разминка между занятиями</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровая разминка с включением музыкальных сигналов на развитие ориентировки в пространстве; • игры упражнения с включением сенсомоторных элементов 	Проводится между занятиями, длительностью 3-5 мин.
<i>Подвижные игры и физические упражнения</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игры и игровые упражнения на развитие психических процессов, коммуникативных навыков и общего оздоровления детей 	Проводится ежедневно (в соответствии с возрастом детей)
Виды и формы ДА	Вариативность содержание ДА	Особенности организации ДА
<i>Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке</i>	<ul style="list-style-type: none"> • двигательные задания, направленные на развитие движений и физических качеств 	Ежедневно с одним ребенком или с небольшой подгруппой (3-4 ребенка).

<i>Неделя здоровья</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровая • физкультурно-оздоровительная 	1 раз в год (ноябрь)
<i>Неделя игры</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровая • физкультурно-оздоровительная • сюжетно-игровая 	1 раз в год (апрель)
<i>Физкультурные досуги</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровая • сюжетно-игровая 	Ежемесячно, (длительность зависит от возраста детей)
<i>Физкультурные праздники</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровые • сюжетно-игровые 	2 раза в год, (зимний и летний), в течение часа.
<i>Самостоятельная двигательная деятельность детей</i>	<ul style="list-style-type: none"> • игровые упражнения • подвижные игры • игры с выносным материалом 	Под руководством воспитателя.