

**Модель физического воспитания в ГБДОУ детский сад № 58
Колпинского района Санкт-Петербурга
на 2024-2025 учебный год**

| Формы организации | Разновозрастная группа (1,5-3) | II Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа | ГНР (5-7лет) |
|--|--|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада | | | | | | |
| 1.1. Утренняя гимнастика | Ежедневно 5-6 минут | Ежедневно 5-6 минут | Ежедневно 6-8 минут | Ежедневно 8-10 минут | Ежедневно 10 минут | Ежедневно 8-10 минут |
| 1.2. Физкультминутки | Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут) | | | | | |
| 1.3. Игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно 6-10 минут | Ежедневно 6-10 минут | Ежедневно 10-15 минут | Ежедневно 15-20 минут | Ежедневно 15-20 минут | Ежедневно 15-20 минут |
| 1.4. Закаливающие процедуры | Ежедневно после дневного сна | | | | | |
| 1.5. Дыхательная гимнастика | | | | | | |
| 2. Физкультурные занятия | | | | | | |
| 2.1. Физкультурные занятия в помещении | 2 раза в неделю по 10 минут | 2 раза в неделю по 15 минут | 2 раза в неделю по 20 минут | 2 раза в неделю по 25 минут | 2 раза в неделю по 30 минут | 2 раза в неделю по 25 минут |
| 2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе | | | | 1 раза в неделю 25 минут | 1 раз в неделю 30 минут | 1 раза в неделю 25 минут |
| 3. Спортивный досуг | | | | | | |
| 3.1. Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка) | | | | | |
| 3.2. Спортивные праздники | | 1 раз в год | 2 раз в год | 2 раза в год | 2 раза в год | |
| 3.3. Физкультурные досуги и развлечения | | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | | |
| 3.4. Дни здоровья | | | 1 раз в квартал | | | |