Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	**3-4 года**	**4-5 лет**	**5-6 лет**	**6-7 лет**
Физкуль-турные занятия	в помещении	3 раза в неделю	3 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	на улице	-	-	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкуль турно-оздорови-тельная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5минут	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 минут	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	Физкульт-минутки (в середине статическог о занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкуль-турный досуг	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	Физкультур-ный праздник	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоя-тельная двигатель-ная деятель-ность	Самостоя-тельное использо-вание физ-го и спорт-го оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самост-е подвижн-е и спортивные игры	Ежедневно		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно