

# Организация и методика проведения физических занятий в ДОУ

Части занятий									
	I вводная			II основная			III заключительная		
группы	длительность	содержание	Способы организации	длительность	содержание	Способы организации	длительность	содержание	Способы организации
<b>2 младшая 15-20 мин</b>	<b>2-3 мин</b>	вход в спортивный зал, построение, приветствие, ходьба, легкий бег, упр. для формирования стопы, упр. на внимание, перестроение на комплекс ОРУ	<b>фронтальный</b>	<b>10-13 мин</b>	1 комплекс ОРУ (4 упр., повтор 4-5 раз).  ОВД - 2 дв.  ИГРА - 2 мин.	<b>фронтальный</b>	<b>2-3 мин</b>	спокойная ходьба, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, подведение итогов занятия.	<b>фронтальный</b>
<b>Средняя 20-25 мин</b>	<b>3-4 мин</b>	вход в спортивный зал, построение, приветствие, ходьба, легкий бег, упр. для формирования стопы, упр. на внимание, перестроение на комплекс ОРУ	<b>фронтальный</b>	<b>14-16 мин</b>	1 комплекс ОРУ (5 упр., повтор 5-6 раз).  ОВД - 3 дв.  ИГРА - 2-3 мин.	<b>фронтальный</b>	<b>3-4 мин</b>	спокойная ходьба, дыхательные упражнения, малоподвижные игры, упражнения на расслабление, подведение итогов занятия.	<b>фронтальный</b>

<p><b>Старшая</b> <b>25-30 мин</b></p>	<p><b>4-5 мин</b></p>	<p>вход в спортивный зал, построение, приветствие, виды ходьбы и бега, упр. для формирования стопы, упр. на внимание, танцевальные шаги, организующая игра, перестроение на комплекс ОРУ</p>	<p><b>фронтальный, групповой</b></p>	<p><b>18-20 мин</b></p>	<p>1 комплекс ОРУ (5-6 упр., повтор 6-7 раз).  ОВД - 3-4 дв.  ИГРА - 3 мин.</p>	<p><b>Фронтальный, групповой</b></p>	<p><b>3-4 мин</b></p>	<p>Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями, малоподвижные игры, упражнения на расслабление, подведение итогов занятия.</p>	<p><b>фронтальный, групповой</b></p>
<p><b>Подготовит</b> <b>30-35 мин</b></p>	<p><b>5-6 мин</b></p>	<p>вход в спортивный зал, построение, приветствие, виды ходьбы и бега, упр. для формирования стопы, упр. на внимание, танцевальные шаги, организующая игра, перестроение на комплекс ОРУ</p>	<p><b>фронтальный, групповой</b></p>	<p><b>20-25 мин</b></p>	<p>1 комплекс ОРУ (6 упр., повтор 7-8 раз).  ОВД - 4 дв.  ИГРА - 4 мин.</p>	<p><b>фронтальный, групповой</b></p>	<p><b>4-5 мин</b></p>	<p>Спокойная ходьба с дыхательными упражнениями, малоподвижные игры, упражнения на расслабление, подведение итогов занятия.</p>	<p><b>фронтальный, групповой</b></p>