

**Нормативы
отведенного времени на разные части
занятий по физической культуре.**

На основании требований «Инструктивно-методического письма» МО РФ

Возраст	Общая длительность задания	Вводная часть	Основная часть			Заключ. часть	Укрепляющ. гимнастика	Длительность бега
			ОРУ	ОВД	Игра			
II младшая	15 мин.	2*	5-6 упр. повтор 4- 6 раз	2-3 упр. повтор 2-3 раза	2-3 р.	2*	5-6 мин. 5-6 упр. повтор 5-6 р.	В начале года 20-30 сек., к концу года - 1 мин.
Средняя	20 мин.	2*	6-7 упр. повтор 4- 6 раз	3 движ. повтор 2-3 раза	3 р.	2*	6-8 мин. 6-7 упр. повтор 4-6 р.	Медленный бег - 1-1,5мин.
Старшая	25 мин.	4*	6-8 упр. повтор 5- 8 раз прыжки 3 раза	1 новое 2-3 движ. закрепить, повтор 2-3 раза	3 р.	3*	8-10 мин. 6-8 упр. повтор 5-6 р. только команды	В начале года - 2-3мес. - 1,5 мин. к концу года - увеличить до 2 мин
Подг.	30 мин.	5*	8-10 упр. повтор 8- 10 раз прыжки 3-4 раза	1 новое 3-4 движ. для закр., повтор 2-3 раза	3 р.	3*	10-12 мин. 8-10 упр. повтор 6-10 р.	2 мес. - 2 ми. к концу года - 3 мин.