

Режим двигательной активности в МБДОУ «Детский сад № 87»

№	Формы организации	Первая младшая группа (2-3года)	Вторая младшая группа (3-4года)	Средняя группа (4-5лет)	Старшая группа (5-6лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
1.	1.Организованная образовательная деятельность:					
1.1	По физической культуре					
	<i>в помещении</i>	2 раза в неделю 10мин.	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин.	2 раза в неделю 25 мин.	2 раза в неделю 30 мин.
	<i>на воздухе</i>	-	-	-	1 раз в неделю 25мин.	1 раз в неделю 30 мин.
2.	2.Физкультурно - оздоровительная деятельность в режимных моментах:					
2.1	<i>Утренняя гимнастика, гимнастика после сна</i>	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
2.2	<i>Основная гимнастика</i>	Ежедневно				
2.3	<i>Основные движения</i>	+	+	+	+	+
2.4	<i>Общеразвивающие упражнения</i>	+	+	+	+	+
2.5	<i>Ритмическая гимнастика</i>	—	—	+	+	+
2.6	<i>Строевые упражнения</i>	—	+	+	+	+
2.7	<i>Физкультурные минутки</i>	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от содержания и вида занятий				
		3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
2.8	<i>Подвижные игры и физические упражнения на прогулке, в группе</i>	Ежедневно 2-3 р 10 – 15 мин	Ежедневно 2-3 р 15– 20 мин	Ежедневно 2-3 р 20 – 25 мин	Ежедневно 2-3 р 25 –30 мин	Ежедневно 2-3 р 25 –30 мин
2.9	<i>Спортивные игры</i>	—	—	—	+	+
3.	3.Самостоятельная деятельность:					
3.1	<i>Самостоятельная двигательная деятельность</i>	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.				
4	4. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи:					
4.1	<i>Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях</i>	Во время подготовки и проведения физкультурных праздников, посещения открытых ООД				