Выписка из Основной образовательной программы

дошкольного образования муниципального бюджетного

дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 127»

**Режим двигательной активности МБДОУ «Детский сад №127»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Форма организации** | **2 группа раннего возраста** | **младшая группа** | **средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| Организованная образовательная деятельность по физической культуре | 2 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю |
| Утренняя гимнастика | 7.50-7.56 | 7.50-7.58 | 8.00 – 8.10 | 8.10-8.20 | 8.20-8.30 |
| Физкультминутки | Ежедневно по мере необходимости | | | | |
| 1-2 мин. | 1-2 мин. | 1-2 мин. | 2-3 мин. | 2-3 мин. |
| Упражнения после дневного сна | Ежедневно 15.00-15.05  (5 мин.) | Ежедневно  15.00-15.05  (5 мин.) | Ежедневно  15.00-15.05  (5 мин.) | Ежедневно 15.00-15.06  (6-10 мин.) | Ежедневно  15.00-15.10  (6-10 мин) |
| Подвижные игры вне занятий | Ежедневно  10-15 мин. | Ежедневно  10-15 мин. | Ежедневно10-15 мин. | Ежедневно  10-15 мин. | Ежедневно  10-15 мин. |
| Самостоятельная двигательная активность | Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе.  Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей. | | | | |
| Физкультурный досуг |  | 1 раз  в месяц  20 мин | 1 раз  в месяц  20 мин | 1 раз  в месяц  30-45 мин | 1 раз  в месяц  40мин |
| Физкультурный праздник |  |  |  | 2 раза в год  (зимой и летом)  до 60 мин. | 2 раза в год  (зимой и летом)  до 60 мин |
| День здоровья |  |  |  | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| ООД по физическому развитию в индивидуальной форме | Ежедневно  5 мин (утром и вечером) | Ежедневно  5 мин (утром и вечером) | Ежедневно  5 мин (утром и вечером) | Ежедневно  8-10 мин.  (утром и вечером) | Ежедневно  10 мин.  (утром и вечером) |
| Физ. упражнения на воздухе | Ежедневно  5 мин | Ежедневно  8 мин | Ежедневно  8 мин. | Ежедневно  12 мин. | Ежедневно  15 мин. |
| Пальчиковая гимнастика | Ежедневно, 3-4 раза в день | | | | |
| Спортивные игры (элементы на прогулке -1 половина дня) |  |  | 10 мин. | 12 мин. | 15 мин |