Выписка из образовательной программы дошкольного образования
МБДОУ детского сада №5 г. Павлово
(Утверждена Пр. № 96/1 от 31.08.2018г.)

Режим двигательной активности

Формы организации	1 группа раннего возраста (1-2 год)	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Поготовительная к школе группа (6-7 лет)
1.Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	-	ежедневно не более 5минут	ежедневно не более 5минут	ежедневно не более 7 минут	ежедневно не более 10 минут	ежедневно не более 10 минут
Физкультминутки (по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий)	-	-	*Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий*			
Динамическая пауза (ежедневно, во время перерыва между ООД)	2-3 мин	2-3 мин	3-4 минут	5-6 минут	5-6 минут	5-6 минут
Подвижные игры	*ежедневно 2 раза (утром и вечером)*					
	5-8 мин	5-8 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры и упражнения на прогулке	-	-	-	*Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю*		
				8-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Гимнастика пробуждения	-	*ежедневно* 2-3 мин	*ежедневно* 3-4 мин	*ежедневно* 4-5 мин	*ежедневно* 5-6 мин	*ежедневно* 6-8 мин
2.Физкультурные занятия						
Занятия физической культурой в помещении	2 раза в неделю не более 10 мин. по подгруппам	2 раза в неделю не более 10 минут по подгруппам	3 раза в неделю не более 15 минут	3 раза в неделю не более 20минут	2 раза в неделю не более 25 минут	2 раза в неделю не более 30 минут
Занятия физической культурой на улице	-	-	-	-	1 раз в неделю не более 25 мин.	1 раз в Неделю не более 30 мин.
3. Активный отдых						
Физкультурные досуги	-	1 раз в квартал 15 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 30-40 мин.	1 раз в месяц 40 мин.
Физкультурные праздники	-	-	-	1 раз в год не более 45 мин.	2 раза в год не более 60 мин.	2 раза в год не более 60 мин.
Дни здоровья	-	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

4. Самостоятельная двигательная деятельность					
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно - игрового оборудования	Ежедневно (под руководством воспитателя)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно (под руководством воспитателя)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно