



Выписка из основной образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 132», утверждённой приказом № 95 от 29.08.2019 г.

**Режим двигательной активности МБДОУ «Детский сад № 132» на тёплый период года**

Формы организации	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
<b>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</b>					
Индивидуальная и подгрупповая работа в физкультурном уголке и на прогулочной площадке с выносным оборудованием и оборудованием на площадке	Во время утреннего приёма, во время дневной и вечерней прогулки	Во время утреннего приёма, во время дневной и вечерней прогулки	Во время утреннего приёма, во время дневной и вечерней прогулки	Во время утреннего приёма, во время дневной и вечерней прогулки	Во время утреннего приёма, во время дневной и вечерней прогулки
Утренняя гимнастика на воздухе	5 мин	5 мин	6-8 мин	10 мин.	10-12 мин.
Прогулка всего: 4 часа					
День	2ч.	2ч.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.
Вечер	2ч	2ч.	1ч.30мин	1ч.30мин	1ч.30мин
Подвижные игры и игровые упражнения	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гимнастика после сна	5 мин	5 мин	6-8 мин	10 мин.	10-12 мин.
<b>2. Активный отдых</b>					
Физкультурные развлечения	1 раз в месяц 10 мин.	1 раз в месяц 15 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 25 мин.	1 раз в месяц 30 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребёнка)				