


 «Утверждаю»
 Директор МОУ «Ям-Тесовская СОШ»
 Михайлова Н.А.
 Приказ № 190 от «01» сентября 2016 г.

**Режим двигательной активности воспитанников дошкольных групп
МОУ «Ям-Тесовская СОШ»**

№ п/п	Формы работы	3 - 4 года				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
		<i>1-я половина дня</i>				
1	Утренняя гимнастика	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	15		15		15
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		10-12		10-12	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5	5	5	5	5
5	Физкультурная минутка (в процессе НОД)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	20	35	20	20
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	20	20	20	20	20
		<i>2-я половина дня</i>				
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
11	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
12	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	35	35	35	35
13	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	Всего за день:	211	206	211	206	211
	Физкультурные досуги	1 раз в месяц				
	День здоровья	1 раз в два месяца				
	Спортивные праздники	2 раза в год				

	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	1 раз в два месяца				
--	---	--------------------	--	--	--	--

№ п/п	Формы работы	4-5 лет				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
		<i>1-я половина дня</i>				
1	Утренняя гимнастика	6-8	6-8	6-8	6-8	6-8
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	15-20		15-20		15-20
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		20		20	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5	5	5	5	5
5	Физкультурная минутка (на занятиях)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	20	35	20	20
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	20	20	20	20	20
		<i>2-я половина дня</i>				
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
10	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
11	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	35	35	35	35
12	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	Всего за день:	218	223	218	223	238
	Физкультурные досуги	1 раз в месяц				
	День здоровья	1 раз в два месяца				
	Неделя здоровья	2 раза в год				
	Спортивные праздники	2 раза в год				

Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	1 раз в два месяца
---	--------------------

№ п/п	Формы работы	5-7 лет				
		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт
		<i>1-я половина дня</i>				
1	Утренняя гимнастика	8-10	8-10	8-10	8-10	8-10
2	Непосредственно организованная образовательная деятельность по физическому развитию в физкультурном зале	25		25		25
3	Двигательная деятельность в ходе музыкальной деятельности		25		25	
4	Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5-7	5-7	5-7	5-7	5-7
5	Физкультурная минутка (на занятиях)	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
6	Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	35	40	35	35	40
7	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	40	40	40	40	40
8	Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня	30	30	30	30	30
		<i>2-я половина дня</i>				
9	Упражнения после дневного сна в сочетании с воздушными процедурами	5-7	5-7	5-7	5-7	5-7
10	Индивидуальная работа по развитию и коррекции движений	15	15	15	15	15
11	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	35	40	35	40	40
12	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	30-35	30-35	30-35	30-35	30-35
	Всего за день:	218	213	213	218	213
	Физкультурные досуги	1 раз в месяц				
	День здоровья	1 раз в два месяца				
	Неделя здоровья	2 раза в год				
	Спортивные праздники	2 раза в год				

	Организованная совместная деятельность детей с родителями по тактильному контакту	1 раз в два месяца
--	---	--------------------