



**График двигательной активности
МДОУ «Детский сад №20»
2018-2019 учебный год**

Формы работы	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовител. группа
Физкультурные занятия						
В помещении	2 раза в неделю 9 мин. Вторник – 1 п.8.47-8.56 2 п.9.06-9.15 Пятница – 1 п.8.47-8.56 2 п.9.06-9.15	3 раза в неделю 9 мин. Понедельник- 1 п.8.43-8.52 2 п.9.01-9.10 Среда- 1 п.8.43-8.52 2 п.9.00-9.10 Четверг 1 п.8.43-8.52 2 п.9.01-9.10	3 раза в неделю 15 мин. Понедельник- 8.55-9.10 Среда- 9.20-9.35 Четверг- 9.20-9.35	3 раза в неделю 20 мин. Вторник- 8.50-9.10 Четверг- 9.20-9.40 Пятница- 8.50-9.10	2 раза в неделю 25 мин. Понедельник- 15.55-16.20 Среда- 9.45-10.10	2 раза в неделю 30 мин. Среда- 10.20-10.50 Четчверг- 10.20-10.50
На улице	-	-	-	-	1 раз в неделю 25 мин. Четверг- 11.45-12.10	1 раз в неделю 30 мин. Понедельник- 11.55-12.25
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	-	Ежедневно 7.50-7.55 (5 мин.)	Ежедневно 8.00-8.05 (5 мин.)	Ежедневно 8.00-8.10 (10 мин.)	Ежедневно 8.10-8.20 (10 мин.)	Ежедневно 8.20-8.30 (10 мин.)
Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 мин.
Физкультминутки	В середине статического занятия Ежедневно в зависимости от вида и содержания ОД					
	3-5 мин	3-5 мин.	3-5 мин.	3-5 мин.	3-5 мин.	3-5 мин.
Упражнения после дневного сна	Ежедневно 15.10-15.15 (5 мин.)	Ежедневно 15.10-15.15 (5 мин.)	Ежедневно 14.30-14.35 (5 мин.)	Ежедневно 15.00-15.05 (5 мин.)	Ежедневно 15.00-15.10 (10 мин.)	Ежедневно 15.00-15.10 (10 мин.)
Активный отдых						
Физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 15 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 30-45 мин.	1 раз в месяц 40 мин.
Физкультурный праздник	-	-	-	2 раза в год (летом и зимой) до 45 мин.	2 раза в год (летом и зимой) до 60 мин.	2 раза в год (летом и зимой) до 60 мин.
День здоровья	1 раз в квартал					

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