

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в группе раннего возраста № 2 (2-3 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	подгрупповая	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	подгрупповая	3	3	3	3	3
Физкультурное занятие	подгрупповая			10	10	
Музыкальное занятие	подгрупповая	10				10
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	4	4	4	4	4
Спортивные упражнения Спортивные игры						
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрая гимнастика	подгрупповая	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	подгрупповая	5	5	5	5	5
Физкультурный досуг	фронтальная 1 раз в месяц					
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю				10	
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		71	71	71	71	71

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в группе раннего возраста № 4 (2-3 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	подгрупповая	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	подгрупповая	3	3	3	3	3
Физкультурное занятие	подгрупповая		10		10	
Музыкальное занятие	подгрупповая	10				10
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	4	4	4	4	4
Спортивные упражнения Спортивные игры						
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	подгрупповая	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	подгрупповая	5	5	5	5	5
Физкультурный досуг	фронтальная 1 раз в месяц					
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю			10		
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		71	71	71	71	71

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в младшие группе № 9 (3-4 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	1	1	1	1	1
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	Фронтальная фронтальная 1 раз в месяц			15	15	
Музыкальное занятие	фронтальная	15	15			
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	15	10	10	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	5		5	5	
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	10				10
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю					15
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (минутах)		85	50	75	75	80

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в младшие группе № 12 (3-4 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	1	1	1	1	1
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц			15		15
Музыкальное занятие	фронтальная	15			15	
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	10	10	15	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	5		5	5	
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	10			10	
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю		15			
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (минутах)		85	70	75	90	70

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в средней группе № 5 (4-5 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	2	2	2	2	2
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная	20	20			
Музыкальное занятие	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц			20		20
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая		5	5	5	
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	10				10
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	3	3	3	3	3
Подвижная игра после сна	фронтальная	3	3	3	3	3
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю				20	
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		83	78	78	78	83

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в средней группе № 11 (4-5 года)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	2	2	2	2	2
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в неделю		20		20	
Музыкальное занятие	фронтальная			20		20
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	10	20	10	10	10
Игровые задания и упражнения	подгрупповая		5	5		5
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	10	10			
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрая гимнастика	фронтальная	3	3	3	3	3
Подвижная игра после сна	фронтальная	3	3	3	3	3
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю				20	
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		63	88	78	93	78

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в старшей группе № 6 (5-6 лет)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц	25	25		25	
Музыкальное занятие	фронтальная	25		25		
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая			10	10	10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая				15	15
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	Фронтальная 1 раз в неделю		25			
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		113	113	98	113	88

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в старшей группе № 3 (5-6 лет)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц	25			25	25
Музыкальное занятие	фронтальная			25		25
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	10		10		10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая		15			
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю		25		25	
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		98	103	98	113	123

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 10(6-7 лет)
общеразвивающей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц	30	30		30	
Музыкальное занятие	фронтальная			30		30
Динамическая переменка		20	20	20	20	20
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая		10		10	10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	15		15		
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю				30	
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Двигательная активность детей в день (в минутах)		118	113	113	143	113

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 1 (6-7 лет)
компенсирующей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная, фронтальная 1 раз в месяц	25		25		25
Музыкальное занятие	фронтальная		25		25	
Динамическая переменка		20	20	20	20	20
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая		10	10		10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая		15		15	
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю			25		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Двигательная активность детей в день (в минутах)		98	123	123	113	128

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 7 (6-7 лет)
компенсирующей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц	25	25			25
Музыкальное занятие	фронтальная		25		25	
Динамическая переменка		20	20	20	20	20
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	10		10		10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая	15			15	
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю					25
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Двигательная активность детей в день (в минутах)		123	123	83	113	133

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 29.08 2023 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 29.08.2023 № 106 - од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 8 (6-7 лет)
компенсирующей направленности**

Вид деятельности	Форма организации	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	фронтальная	10	10	10	10	10
Подвижная игра до занятий	подгрупповая	2	2	2	2	2
Физкультминутка	фронтальная	4	4	4	4	4
Физкультурное занятие Физкультурный досуг	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц	25		25		25
Музыкальное занятие	фронтальная		25		25	
Динамическая переменка		20	20	20	20	20
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	15	15	15	15	15
Игровые задания и упражнения	подгрупповая	10		10		10
Спортивные упражнения Спортивные игры	подгрупповая		15		15	
Гимнастика в постели	подгрупповая	3	3	3	3	3
Бодрящая гимнастика	фронтальная	4	4	4	4	4
Подвижная игра после сна	фронтальная	5	5	5	5	5
Музыкальный досуг	фронтальная 1 раз в неделю			25		
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных возможностей и потребностей детей					
Подвижная игра на вечерней прогулке	подгрупповая	10	10	10	10	10
Двигательная активность детей в день (в минутах)		108	113	133	113	108