

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-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
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 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-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
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 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в младшие группе № 9 (2-3 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 1 раз в месяц)	фронтальная		7	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		8			
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	80	70	75	80

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в младшие группе № 11 (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 1 раз в месяц)	фронтальная	15		7	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			8		
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	75	75	75	80

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08.2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в младшие группы № 8 (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 1 раз в месяц)	фронтальная		7	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
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		8			
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)		75	75	80	80	80

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в средней группе № 6 (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 1 раз в месяц)	фронтальная	10	20	20		
Музыкальное занятие	фронтальная			20		20
Динамическая переменка		10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	подгрупповая	20	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	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)		83	88	98	68	83

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в средней группе № 10 (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 1 раз в месяц)	фронтальная			10	20	20
Музыкальное занятие	фронтальная	20		10		
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)		83	78	78	93	88

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в старшей группе № 5 (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 1 раз в месяц)	фронтальная	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	103	98

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в старшей группе № 12 (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 1 раз в месяц)	фронтальная		25		25	25
Музыкальное занятие	фронтальная	25	25			15
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
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)		98	113	103	123	113

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 3(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 1 раз в месяц)	фронтальная		15		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		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 (в минутах)		118	113	133	128	113

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-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 1 раз в месяц)	фронтальная	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
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			20		
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	98	128	113	108

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 25.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕН
Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 26.08. 2021 № 114-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 1 раз в месяц)	фронтальная	20	20			25
Музыкальное занятие	фронтальная	30			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	108	108	123	108