

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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
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 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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
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)		81	61	71	71	71

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в младшей 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		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
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		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	95	85	90	80

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в младшей группе № 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	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц		15	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		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)		75	90	80	84	80

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в средней группе № 3 (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		20	
Музыкальное занятие	фронтальная фронтальная 1 раз в месяц			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
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)		93	78	78	78	83

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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	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)		83	108	78	83	78

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковой И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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)		128	98	98	103	98

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в старшей группе № 10 (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			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
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	
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	78	123	113

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 12 (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
Музыкальное занятие	фронтальная	30	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	133	113	113

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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)		138	123	138	128	83

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-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
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		
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)		133	113	108	113	108

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
протокол от 30.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего
ГБДОУ детского сада №54
комбинированного вида
Красносельского района СПб
Вершковской И.Ю.
от 30.08.2022 № 95-од

**Режим двигательной активности в подготовительной к школе группе № 5 (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	118	118	113	143