

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий ГБДОУ детский сад № 58
 Колпинского района Санкт-Петербурга
 _____ О.М. Базулько
 Приказ № 99-О от 30.08.2024г.

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
ГБДОУ детский сад № 58 Колпинского района Санкт-Петербурга

№ п/п	Виды детской деятельности	Разновозрастная группа для детей (1,5 -3 лет) «Колокольчик»	II Младшая группа «Родничок» «Звездочки»	Средняя Группа «Подсолнухи» «Радуга»	Старшая группа «Ромашки»	Подготовительная группа «Светлячок»	Группа коррекционной направленности для детей 5-7 лет (ТНР)
1	Физкультурно – оздоровительная работа	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 8 – 10 минут	Ежедневно 8 – 10 минут	Ежедневно 8 – 10 минут	Ежедневно 10 – 12 минут	Ежедневно 10 – 12 минут	Ежедневно 10 – 12 минут
1.2	Динамические переменки, физкультурные паузы между занятиями	Ежедневно не менее 10 минут	Ежедневно не менее 10 минут	Ежедневно не менее 10 минут	Ежедневно не менее 10 минут	Ежедневно не менее 10 минут	Ежедневно не менее 10 минут
1.3	Физкультминутки (в середине статического занятия)	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты	Ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятия) 1-3 минуты
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 10-15 минут 2 раза в день	Ежедневно 15- 20 минут 2 раза в день	Ежедневно 20-25 минут 2 раза в день	Ежедневно 25-30 минут 2 раза в день	Ежедневно 30-35 минут 2 раза в день	Ежедневно 25-30 минут 2 раза в день

	(индивидуальная работа по развитию основных видов движений).						
1.5	Прогулки, походы, пешие экскурсии	2 раза в месяц (на территории детского сада) 10-15 минут	2 раза в месяц (на территории детского сада и за ее пределы) 15-20 минут	2 раза в месяц (на территории детского сада и за ее пределы) 30-40 минут	2 раза в месяц (на территории детского сада и за ее пределы) 40-50 минут	2 раза в месяц (на территории детского сада и за ее пределы) 60-90 минут	2 раза в месяц (на территории детского сада и за ее пределы) 40-50 минут
1.6	Гимнастика после дневного сна (бодрящая, адаптационная, дыхательная) в сочетании с закаливающими процедурами	Ежедневно 3-5 минут	Ежедневно 3-5 минут	Ежедневно 5-7 минут	Ежедневно 7 -10 минут	Ежедневно 7-10 минут	Ежедневно 7 -10 минут
2.	Занятия	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану
2.1.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю по 10 минут	2 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут	2 раза в неделю по 25 минут
2.2.	Физкультурные занятия	2 раза в неделю по 10 минут	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	3 раза в неделю по 25 минут	3 раза в неделю по 30 минут	3 раза в неделю по 25 минут
3	Физкультурно – массовая работа	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану	по плану
3.1.	Дни здоровья	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие	1 раз в полугодие
3.2.	Физкультурно – спортивные праздники			2 раза в год по 40 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут

3.3	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10 минут	1 раз в месяц 15 минут	1 раз в месяц 20 минут	1 раз в месяц 25 минут	1 раз в месяц 30 минут	1 раз в месяц 25 минут
3.4	Игры – соревнования между группами			1 раз в год по 20 минут	1-2 раза в год по 25 минут	1-2 раза в год по 30-40 минут	1-2 раза в год по 25 минут
4	Самостоятельная двигательная активность в группе и на прогулке	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей	Продолжительность зависит от индивидуальной особенности двигательной активности детей
5.	Совместная деятельность с родителями	2-3 раза в год 20 минут	2-3 раза в год 25 минут	2-3 раза в год 30 минут	2-3 раза в год 30-40 минут	2-3 раза в год 40-50 минут	2-3 раза в год 30-40 минут
6.	Двигательная активность детей в день (в минутах)	50-70 минут	55-75 минут	65-85 минут	75-85 минут	80-95 минут	75-85 минут