

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
А.А.Буркова

Ф.И.О. _____
подпись
Приказ № 121 от 30.08.2024 г

**Режим двигательной активности
Группа раннего возраста № 3 (от 2 до 3 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Подвижная игра	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Физическая культура		10 мин.	10 мин.		10 мин.
Музыкальная деятельность	10 мин.			10 мин.	
Подвижные игры на прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Игровая деятельность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Подвижные игры	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
А.А. Буркова

Ф.И.О. _____
подпись
Приказ от 30.08.2024 г № 121

**Режим двигательной активности
Группа раннего возраста № 7 (от 2 до 3 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Подвижная игра	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Физическая культура		10 мин.	10 мин.		10 мин.
Музыкальная деятельность	10 мин.			10 мин.	
Подвижные игры на прогулке	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Игровая деятельность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Подвижные игры	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.	35 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 57
комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга

А.А. Буркова

Ф.И.О. подпись

Приказ от 30.08.2024 г № 121

**Режим двигательной активности
Младшая группа № 5 (от 3 до 4 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Подвижная игра	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Физическая культура	15 мин.		15 мин.		
Музыкальная деятельность		15 мин.			15 мин.
Двигательная деятельность на прогулке	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.	5 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Буркова А.А.

Ф.И.О. подпись
Приказ № 121 от 30.08.2024 г

**Режим двигательной активности
Средняя группа № 10 (от 4 до 5 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Физическая культура		20 мин.	20 мин.		
Музыкальная деятельность	20 мин.			20 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Буркова А.А.
Ф.И.О. подпись
Приказ от 30.08.2024 № 121

**Режим двигательной активности
Средняя группа № 10 (от 4 до 5 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Физическая культура			20 мин.		20 мин.
Музыкальная деятельность	20 мин.			20 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.	20 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга

Буркова А.А.
Ф.И.О. подпись
Приказ от 30.08.2024 г № 121

**Режим двигательной активности
Старшая группа № 9 (от 5 до 6 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Физическая культура			25 мин.		25 мин.
Музыкальная деятельность		25 мин.		25 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Буркова А.А.

Ф.И.О. подпись
Приказ № 121 от 30.08.2024 г

**Режим двигательной активности
Старшей группы компенсирующего вида № 8 (от 5 до 6 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Физическая культура	25 мин.				25 мин.
Музыкальная деятельность		25 мин.		25 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.08.2024 г

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Буркова А.А.

Ф.И.О. _____ подпись
Приказ № 121 от 30.08.2024 г

**Режим двигательной активности
Старшей группы компенсирующего вида № 11 (от 5 до 6 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.	30 мин.
Физическая культура	25 мин.				25 мин.
Музыкальная деятельность		25 мин.		25 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.	25 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от «30» августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
А.А.Буркова

Ф.И.О. подпись
Приказ от 30.08.2024 г № 121

**Режим двигательной активности
Подготовительная к школе группа
компенсирующего вида № 2 (от 6 до 7 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	30–40 мин.	30–40 мин.	30–40 мин.	30–40 мин.	30–40 мин.
Физическая культура			30 мин.		30 мин.
Музыкальная деятельность		30 мин.		30 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	25–30 мин.	25–30 мин.	25–30 мин.	25–30 мин.	25–30 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от «30» августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом № 57
Кировского района Санкт-Петербурга
А.А.Буркова
Ф.И.О. подпись
Приказ от 30.08.2024 г № 121

**Режим двигательной активности
Подготовительная к школе группа
компенсирующего вида № 4 (от 6 до 7 лет)**

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Первая половина дня</i>					
Утренняя гимнастика (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная деятельность, подвижная игра	30–40 мин.	30-40 мин.	30-40 мин.	30-40 мин.	30-40 мин.
Физическая культура			30 мин.		30 мин.
Музыкальная деятельность		30 мин.		30 мин.	
Двигательная деятельность на прогулке	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
<i>Вторая половина дня</i>					
Бодрящая гимнастика	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.	5–7 мин.
Подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность	25-30 мин.	25-30 мин.	25-30 мин.	25-30 мин.	25-30 мин.
Прогулка (подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность, хороводные игры)	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.	40 мин.
Пешая прогулка до дома	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.