

Приняты
решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада №57
Кировского района Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 25.08.2025 г

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ детского сада №57
Кировского района Санкт-Петербурга
_____/А.А.Буркова/
Приказ № 86 от 25.08.2025 г

Согласован

Врач _____/Е.Е./Латынина

**РЕЖИМЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКОГО САДА №57
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА КИРОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Режим двигательной активности детей
второй группы раннего возраста**

№ п.п.	Виды Д.А.	Периодичность	Минуты
<i>I. Совместная деятельность.</i>			
<i>1.1 Занятия</i>			
1.	Образовательная область физическое развитие	3 раза в неделю	10 мин
2.	Образовательная область музыкальное развитие	2 раза в неделю	10 мин
<i>1.2 Деятельность в режиме дня</i>			
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин
2.	Физминутка в середине отведенного времени на занятиях (кроме физического развития и музыки)	ежедневно	2 мин
3.	Динамическая пауза	ежедневно	10 мин
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утро/вечер	15/15 мин
5.	Бодрящая гимнастика (после сна)	ежедневно	5 мин
6.	Индивидуальная форма работы по развитию движений	Ежедневно	10 мин
<i>II. Самостоятельная деятельность.</i>			
1.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	ежедневно	Продолжительность и содержание варьируется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
2.	Самостоятельная двигательная активность в группе	ежедневно	
	Итого	ежедневно	87

**Режим двигательной активности детей
младшей группы**

№ п.п.	Виды Д.А.	Периодичность	Минуты
<i>I. Совместная деятельность.</i>			
<i>1.1 Занятия</i>			
1.	Образовательная область физическое развитие	3 раза в неделю	15 мин
2.	Образовательная область музыкальное развитие	2 раза в неделю	15 мин
<i>1.2 Деятельность в режиме дня</i>			
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин
2.	Физминутка в середине отведенного времени на занятиях (кроме физического развития и музыки)	ежедневно	2 мин
3.	Динамическая пауза	ежедневно	10 мин
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утро/вечер	25/25 мин
5.	Бодрящая гимнастика (после сна)	ежедневно	5 мин
6.	Индивидуальная форма работы по развитию движений	Ежедневно	10 мин
7.	Физкультурный досуг	1 раз в квартал	15 мин
8.	Музыкальный досуг	1 раз в месяц	15 мин
<i>II. Самостоятельная деятельность.</i>			
1.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	ежедневно	Продолжительность и содержание варьируется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
2.	Самостоятельная двигательная активность в группе	ежедневно	
Итого		ежедневно	113

**Режим двигательной активности детей
средней группы**

№ п.п.	Виды Д.А.	Периодичность	Минуты
<i>I. Совместная деятельность.</i>			
<i>1.1 Занятия</i>			
1.	Образовательная область физическое развитие	3 раза в неделю	20 мин
2.	Образовательная область музыкальное развитие	2 раза в неделю	20 мин
<i>1.2 Деятельность в режиме дня</i>			
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин
2.	Физминутка в середине отведенного времени на занятиях (кроме физического развития и музыки)	ежедневно	2 мин
3.	Динамическая пауза	ежедневно	10 мин
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утро/вечер	25/25 мин
5.	Бодрящая гимнастика (после сна)	ежедневно	5 мин
6.	Индивидуальная форма работы по развитию движений	Ежедневно	10 мин
7.	Физкультурный досуг	1 раз в квартал	20 мин
8.	Музыкальный досуг	1 раз в месяц	20 мин
<i>II. Самостоятельная деятельность.</i>			
1.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке.	ежедневно	Продолжительность и содержание варьируется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
2.	Самостоятельная двигательная активность в группе.	ежедневно	
	Итого	ежедневно	125

**Режим двигательной активности детей
старшей группы**

№ п.п.	Виды Д.А.	Периодичность	Минуты
<i>I. Совместная деятельность</i>			
<i>1.1 Занятия</i>			
1.	Образовательная область физическое развитие	3 раза в неделю	25 мин
2.	Образовательная область музыкальное развитие	2 раза в неделю	25 мин
<i>1.2 Деятельность в режиме дня</i>			
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин
2.	Физминутка в середине отведенного времени на занятиях (кроме физического развития и музыки)	ежедневно	2 мин
3.	Динамическая пауза	ежедневно	10 мин
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утро/вечер	30/30 мин
5.	Бодрящая гимнастика (после сна)	ежедневно	5 мин
6.	Индивидуальная форма работы по развитию движений	Ежедневно	10 мин
7.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	25 мин
8.	Музыкальный досуг	1 раз в месяц	25 мин
<i>II. Самостоятельная деятельность.</i>			
1.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке.	ежедневно	Продолжительность и содержание варьируется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
2.	Самостоятельная двигательная активность в группе.	ежедневно	
	Итого	ежедневно	147

**Режим двигательной активности детей
подготовительной группы**

№ п.п.	Виды Д.А.	Периодичность	Минуты
<i>I. Совместная деятельность.</i>			
<i>1.1 Занятия</i>			
1.	Образовательная область физическое развитие	3 раза в неделю	30 мин
2.	Образовательная область музыкальное развитие	2 раза в неделю	30 мин
<i>1.2 Деятельность в режиме дня</i>			
1.	Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин
2.	Физминутка в середине отведенного времени на занятиях (кроме физического развития и музыки)	ежедневно	2 мин
3.	Динамическая пауза	ежедневно	10 мин
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утро/вечер	30/30 мин
5.	Бодрящая гимнастика (после сна)	ежедневно	5 мин
6.	Индивидуальная форма работы по развитию движений	Ежедневно	10 мин
7.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	30 мин
8.	Музыкальный досуг	1 раз в месяц	30 мин
<i>II. Самостоятельная деятельность.</i>			
1.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке.	ежедневно	Продолжительность и содержание варьируется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка
2.	Самостоятельная двигательная активность в группе.	ежедневно	
	Итого	ежедневно	157