

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№ 68 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому развитию детей Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ

Педагогическим Советом
Образовательного учреждения
протокол № 1
от 29.08.2024 года



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
Любимцева И.В.

Приказ № 123-ОД от 29.08.2024 г.

Режим двигательной активности воспитанников

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 68
Приморского района Санкт-Петербурга
на 2024/2025 учебный год

Санкт-Петербург
2024

Группа раннего возраста 2-3 года

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 10 мин.
	На улице	1 раз в неделю 10 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 1 раз (утром) до 10 минут.
	Подвижные игры на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	1-2 ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
	Гимнастика после сна	Ежедневно 1 раз после сна
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

Младшая группа 3 – 4 года

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
Физкультурные занятия	В зале	2 раза в неделю 15 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10 минут.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятий) 3-5 мин.
	Занятия в бассейне	15 мин.
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Средняя группа 4 – 5 лет

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
Физкультурные занятия	В зале	2 раза в неделю 20 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10 мин.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20 – 25 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятий) 3-5 мин.
	Занятия в бассейне	20 мин.
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин.
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 45 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Старшая группа 5 – 6 лет

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
Физкультурные занятия	В зале	2 раза в неделю 25 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10 мин.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25 – 30 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятий) 3-5 мин.
	Занятия в бассейне	25 мин.
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 30 мин.
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Подготовительная к школе группа 6 – 7 лет

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
Физкультурные занятия	В зале	2 раза в неделю 30 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10 мин.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30 – 40 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно (в зависимости от вида и содержания занятий) 3-5 мин.
	Занятия в бассейне	30 мин.
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 40 мин.
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 68 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Любимцева Ирина Владимировна, ЗАВЕДУЮЩИЙ**

15.10.24 13:30 (MSK)

Сертификат E516AF45F64E5F7C6832DC0FF5F7D7FF