

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 17 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДАЮ
Л.А. Сердукова

Приказ № 165 от 31.08.2017 года

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ На 2017 – 2018 учебный год

	(1,5-3 года) группа раннего возраста № 1, № 2					(3 – 4 года) младшая группа № 1, № 2					(4 – 5 лет) средняя группа № 1, № 2					(5 – 6 лет) старшая группа + 1 логопедическая					(6 – 7 лет) Подготовительная № 1, № 2 + 2, 3 логопедическая					
	П	В	С	Ч	П	П	В	С	Ч	П	П	В	С	Ч	П	П	В	С	Ч	П	П	В	С	Ч	П	
1 ПОЛОВИНА ДНЯ																										
1. Самостоятельная деятельность	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	12	12	12	12	12	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	
2. Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5	8	8	8	8	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	
3. Двигательная разминка в перерывах между организованной образовательной деятельностью	5	5	5	5	5	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	
4. Физкультминутки						3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	6	6	6	3	3	7	7	7	7	7	
5. Физкультурные занятия	10		10		ул.		15		15	ул.		20		20	ул.		6	6	6	3	3	7	7	7	7	7
6. Подвижные игры и физ. упр. на прогулке		20	20			20	10	20	10	20	25	15	25	15	25	20	20	20	20	20	25	25	25	25	25	
7. Самостоятельная двигательная активность на прогулке	30	25	30	25	30	40	20	40	20	40	40	30	40	30	40	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
8. Самостоятельные игры в помещении и движения в режиме дня.	40	40	40	40	40	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	30	30	30	30	30	20	20	30	30	30	
2 ПОЛОВИНА ДНЯ																										
1. Бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами.	5	5	5	5	5	8	8	8	8	8	10	10	10	10	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	
2. Физкультурный досуг						1 раз в месяц					1 раз в месяц – 30					1 раз в месяц – 30					1 раз в месяц – 30					
3. Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке.	20	20	20	20	20	35	35	35	35	35	40	35	40	40	40	30	45	45	50	20	40	40	40	20	30	

4. Самостоятельные игры в помещении и движения в режиме дня.	30	35	35	30	35	25	25	25	25	25	20	20	40	20	20	30	20	40	20	30	20	20	40	20	30
5. Подвижные игры на вечерней прогулке	10	10	10	10	10	10	10	15	10	10	15	15	20	15	15	20	20	20	20	15	20	20	20	20	15
Двигательная активность в течение дня (часы)	2,5					3,3					3,6					4,2					4,5				