

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
второй ранней группы № 3
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	4-5	4-5	4-5	4-5	4-5
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе))	10				10
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)		10		10	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	-
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	144	144	134	144	144

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
первой младшей группы № 1
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	4-5	4-5	4-5	4-5	4-5
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе))		10			10
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)	10		10		
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	-
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	144	144	144	134	144

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
первой младшей группы № 2
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	4-5	4-5	4-5	4-5	4-5
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе))		10			10
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)		10		10	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	5	5	5	5	5
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	40	40	40	40	40
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	40	40	40	40	40
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	-
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	134	154	134	144	144

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
второй младшей группы № 8
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	5-6	5-6	5-6	5-6	5-6
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе); 1 раз в неделю ДАП)	15		15	15	
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)	15				15
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	4	4	4	4	4
5.	Динамическая переменка	10	10	10	10	10
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	60	60	60	60	60
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	60	60	60	60	60
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)		20			
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	212	202	197	197	197

Утвержден

Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят

решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»

Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
средней группы № 4
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе); 1 раз в неделю ДАП)	20	20		20	
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)			20		20
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	4	4	4	4	4
5.	Динамическая переменка	10	10	10	10	10
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	60	60	60	60	60
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	60	60	60	60	60
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	20	-
15.	Физкультурный праздник	-	-	-	-	-
	Итого:	206	206	206	226	206

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
старшей группы № 5
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе); 1 раз в неделю ДАП)	25		25		25
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)		25		25	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	10	10	10	10	10
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	60	60	60	60	60
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	60	60	60	60	60
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	30
15.	Физкультурный праздник (2 раза в год)	-	60	-	-	-
	Итого:	209	269	209	209	239

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
старшей группы № 6
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе); 1 раз в неделю ДАП)	25	25		25	
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)			25		25
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	10	10	10	10	10
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	60	60	60	60	60
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	60	60	60	60	60
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	-	-	30
15.	Физкультурный праздник (2 раза в год)	-	-	60	-	-
	Итого:	209	209	269	209	239

Утвержден
Заведующий ГБДОУ детским садом № 39
Кировского района Санкт-Петербурга
Г.Н. Рожкова
приказ № 39-од от 30.08.2024г.

Принят
решением Педагогического совета ГБДОУ
детского сада № 39 Кировского района
Санкт-Петербурга
протокол № 3 от 30.08.2024г.

«Согласовано»
Врач _____ В.И. Семенова

**Режим двигательной активности детей
подготовительной к школе группы № 7
на 2024-2025 учебный год**

№	Формы работы	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
1.	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2.	Занятие по физическому развитию (2 раза в неделю в зале (группе); 1 раз в неделю ДАП)	30	30	30		
3.	Занятие по художественно-эстетическому развитию музыка - 2 раза в неделю в зале (группе)		30		30	
4.	Физкультминутка в середине отведённого времени на занятие (кроме физического развития и музыки)	2	2	2	2	2
5.	Динамическая переменка	10	10	10	10	10
6.	Подвижные игры перед занятием	5	5	5	5	5
7.	Подвижные игры на прогулке	10	10	10	10	10
8.	Двигательная деятельность на прогулке (закрепление основных движений)	20	20	20	20	20
9.	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	-	-	-
10.	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	60	60	60	60	60
11.	Бодрящая гимнастика	5	5	5	5	5
12.	Дыхательная гимнастика	2	2	2	2	2
13.	Самостоятельная двигательная активность в группе, помещениях	60	60	60	60	60
14.	Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	-	-	45	-	
15.	Физкультурный праздник (2 раза в год)	-	-	-	-	60
	Итого:	214	244	259	214	244