

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 86 комбинированного вида
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

Принято:

Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 86
комбинированного вида
Красногвардейского района
Санкт Петербурга
Протокол № 1 от 27 августа 2014г

Утверждаю:

Заведующий ГБДОУ детский сад № 86
комбинированного вида
Красногвардейского района
Санкт Петербурга
Недбайло И.А./



РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
2014 – 2015 учебный год

	(2 - 3 года) группа раннего возраста № 4,					(3 – 4 года) младшая группа № 3, № 6,					(4 – 5 лет) средняя группа № 10, № 11					(5 – 6 лет) старшая группа №7 логопедическая №2					(6 – 7 лет) подготовительная логопедическая № 1, № 5, № 8, № 9				
	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 непосредственной образовательной деятельностью	10	10	10	10	10	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.			25	ул.	25	30			30	ул.
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				

