

СОГЛАСОВАНО:Врач Крутик Крутикова Н.В.**УТВЕРЖДЕНО:**Заведующий ГБДОУ детского сада № 23
комбинированного вида
Невского района Санкт-Петербурга
А.В. Федосеева
Приказ от 31 августа 2023 № 131**Режим двигательной активности детей на 2023-2024 учебный год**

№ п/п	Вид деятельности по физической активности	Особенности проведения	Младшая группа (в мин.)	Средняя группа (в мин.)	Старшая группа (в мин.)	Подготовительная к школе группа (в мин.)
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	10	10	10	10
2.	Двигательная разминка или свободная двигательная активность детей	Ежедневно, в перерыве между образовательной деятельностью (ОД), занятие	10	10	10	10
3.	Физминутка	Ежедневно во время ОД	2	2	3	3
4.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно в течение дня	2	3	4	4
5.	Подвижные игры	Ежедневно на прогулке	8-10	10	15	15-20
6.	Физические упражнения	Ежедневно на прогулке	8	8-10	10-15	15-20
7.	Индивидуальная работа по закреплению ОВД и физических упражнений	Ежедневно во время прогулки с учетом желаний детей	до 15	до 20	до 25	30
8.	Бодрящая гимнастика после дневного сна	Ежедневно после сна	3	3-5	5	5
9.	ОД ОО «Физическая культура»	3 раза в неделю	15	20	25	30
10.	ОД ОО «Музыка»	2 раза в неделю	15	20	25	30
11.	Музыкальные вечера развлечений	1 раз в неделю	15	20	25	30
12.	Самостоятельная двигательная активность детей в группе	Ежедневно на прогулке и в группе	6-8	8	8-10	10-15
13.	Спортивные праздники	В течение года в зависимости от возраста	-	-	3 раза в год	3 раза в год
14.	Спортивные досуги	1 раз в месяц	15	20	25	30
15.	Спортивные развлечения	В течение года в зависимости от возраста	3 раза в год	3 раза в год	5 раз в год	5 раз в год
16.	День здоровья	1 раз в год (7 апреля)	15	20	25	30
Итого в течение дня			79-83	92-98	115-122	132-147