

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Ромашка»**

<b>Первая половина дня</b>						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		15		15	15
3	Музыкальная деятельность	15		15		
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	15	15	15
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	<b>Итого за первую половину дня</b>	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	40	40	40	40	40
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
6	Музыка (досуг)					15
7	Физкультурный досуг			15		
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	1ч50м	1ч50м	2ч05м	1ч50м	2ч05м
	<b>Итого за целый день</b>	3ч38м	3ч38м	3ч53м	3ч38м	3ч53м

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Бабочки»**

<b>Первая половина дня</b>						
<b>№</b>	<b>Формы работы</b>	<b>ПН</b>	<b>ВТ</b>	<b>СР</b>	<b>ЧТ</b>	<b>ПТ</b>
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		15		15	15
3	Музыкальная деятельность	15		15		
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	15	15	15
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	<b>Итого за первую половину дня</b>	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	40	40	40	40	40
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
6	Музыка (досуг)					15
7	Физкультурный досуг			15		
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	1ч50м	1ч50м	2ч05м	1ч50м	2ч05м
	<b>Итого за целый день</b>	3ч38м	3ч38м	3ч53м	3ч38м	3ч53м

Утвержден приказом  
 Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
 Приморского района Санкт - Петербурга  
 Е.А. Стеничевой  
 От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
 Группа «Радуга»**

<b>Первая половина дня</b>						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		15		15	15
3	Музыкальная деятельность	15		15		
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	15	15	15
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	<b>Итого за первую половину дня</b>	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м	1ч48м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	40	40	40	40	40
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
6	Музыка (досуг)					15
7	Физкультурный досуг			15		
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	1ч50м	1ч50м	2ч05м	1ч50м	2ч05м
	<b>Итого за целый день</b>	3ч38м	3ч38м	3ч53м	3ч38м	3ч53м

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Весёлый паровозик»**

<b>Первая половина дня</b>						
<b>№</b>	<b>Формы работы</b>	<b>ПН</b>	<b>ВТ</b>	<b>СР</b>	<b>ЧТ</b>	<b>ПТ</b>
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура			25		25
3	Музыкальная деятельность				25	
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	25	25	25	25	25
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	50	50	50	50	50
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	50	50	50	50	50
	<b>Итого за первую половину дня</b>	<b>2ч18м</b>	<b>2ч18м</b>	<b>2ч43м</b>	<b>2ч43м</b>	<b>2ч43м</b>
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	50	50	50	50	50
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	25	25	25	25	25
6	Музыка (досуг)					25
7	Физкультурный досуг			25		
8	Музыкальная деятельность		25			
9.	Физическая культура	25				
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	<b>2ч40м</b>	<b>2ч40м</b>	<b>2ч40м</b>	<b>2ч15м</b>	<b>2ч40м</b>
	<b>Итого за целый день</b>	<b>4ч58м</b>	<b>4ч58м</b>	<b>5ч23м</b>	<b>4ч58м</b>	<b>5ч23м</b>

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Улыбка»**

<b>Первая половина дня</b>						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура			25		25
3	Музыкальная деятельность				25	
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	25	25	25	25	25
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	50	50	50	50	50
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	50	50	50	50	50
	<b>Итого за первую половину дня</b>	2ч18м	2ч18м	2ч43м	2ч43м	2ч43м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	50	50	50	50	50
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	25	25	25	25	25
6	Музыка (досуг)					25
7	Физкультурный досуг			25		
8	Музыкальная деятельность		25			
9.	Физическая культура	25				
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	2ч40м	2ч40м	2ч40м	2ч15м	2ч40м
	<b>Итого за целый день</b>	4ч58м	4ч58м	5ч23м	4ч58м	5ч23м

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Непоседы»**

<b>Первая половина дня</b>						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		20		20	20
3	Музыкальная деятельность	20		20		
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	20	20	20	20	20
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	<b>Итого за первую половину дня</b>	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	45	45	45	45	45
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
6	Музыка (досуг)					20
7	Физкультурный досуг			20		
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	2ч05м	2ч05м	2ч25м	2ч05м	2ч25м
	<b>Итого за целый день</b>	4ч03м	4ч03м	4ч23м	4ч03м	4ч23м

Утвержден приказом  
Заведующего ГБДОУ детский сад №54  
Приморского района Санкт - Петербурга  
Е.А. Стеничевой  
От 31.08.2023г № 55-ОД

**Режим двигательной активности  
Группа «Солнышко»**

<b>Первая половина дня</b>						
№	Формы работы	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
1	Утренняя зарядка	10	10	10	10	10
2	Физическая культура		20		20	20
3	Музыкальная деятельность	20		20		
4	Физкультурная минутка	3	3	3	3	3
5	Подвижные игры, игровые упражнения и физические упражнения на утренней прогулке	20	20	20	20	20
6	Самостоятельная двигательная активность на утренней прогулке	25	25	25	25	25
7	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	40	40	40	40	40
	<b>Итого за первую половину дня</b>	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м	1ч58м
<b>Вторая половина дня</b>						
1	Бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры	10	10	10	10	10
2	Самостоятельная двигательная активность в режиме дня (в помещении)	30	30	30	30	30
3	Индивидуальная работа с детьми по развитию движений и регулированию двигательной активности на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
4	Самостоятельная двигательная активность на вечерней прогулке	45	45	45	45	45
5	Подвижные игры, игровые упражнения, физические упражнения на вечерней прогулке	20	20	20	20	20
6	Музыка (досуг)					20
7	Физкультурный досуг			20		
	<b>Итого за вторую половину дня</b>	2ч05м	2ч05м	2ч05м	2ч05м	2ч05м
	<b>Итого за целый день</b>	4ч03м	4ч03м	4ч23м	4ч03м	4ч23м

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 54 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Стеничева Елена  
Александровна, Заведующий

16.10.23 16:36 (MSK)

Сертификат D31547C94D9469A99A0D9C53030041FF