

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№114 Центрального района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад №114 Центрального района Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада №114
Центрального района Санкт-Петербурга
А.С. Шлеменкова
Приказ от 29.08.2023 № 37

Режим
двигательной активности
детей второй группы раннего возраста
(с 1 года до 1 года 6 месяцев)

Форма активности	Режимное время	Продолжительность
1. Самостоятельная двигательная активность, подвижные игры	Во время утреннего приёма детей	4-6 мин.
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин.
3. Пальчиковые игры	Ежедневно 2 раза в течение дня	2 мин.
4. Динамические паузы	Ежедневно 2 раза в течение дня	5 мин.
5. Физическое развитие на прогулке (закрепление основных видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры)	Утро/Вечер	10 мин.
6. Бодрящая гимнастика, массажная дорожка	После дневного сна	5 мин.
7. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры	После полдника	8-10 мин.
8. Пешая прогулка до дома	Вечерний отрезок времени	индивидуально

Суммарный объём двигательной активности, не менее - 1,0 ч/день

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№114 Центрального района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад №114 Центрального района Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада №114
Центрального района Санкт-Петербурга
А.С. Шлеменкова
Приказ от 29.08.2023 № 37

Режим

двигательной активности

детей второй группы раннего возраста
(с 1 года 6 месяцев до 2 лет)

Форма активности	Режимное время	Продолжительность
1. Самостоятельная двигательная активность, подвижные игры	Во время утреннего приёма детей	4-6 мин.
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин.
3. Пальчиковые игры	Ежедневно 2 раза в течение дня	2 мин.
4. Занятие «ОО Физическое развитие»	2 раза в неделю	10 мин.
5. Занятие «ОО Художественно-эстетическое развитие: музыкальное развитие»	2 раза в неделю	10 мин.
6. Динамические паузы	Между занятиями	5 мин.
7. Физическое развитие на прогулке (закрепление основных видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры)	Утро/Вечер	10 мин.
8. Бодрящая гимнастика, массажная дорожка	После дневного сна	5 мин.
9. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры	После полдника	8-10 мин.
10. Пешая прогулка до дома	Вечерний отрезок времени	индивидуально

Суммарный объём двигательной активности, не менее - 1,0 ч/день

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№114 Центрального района Санкт-Петербурга
(ГБДОУ детский сад №114 Центрального района Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детского сада №114
Центрального района Санкт-Петербурга
А.С. Шлеменкова
Приказ от 29.08.2023 № 37

Режим двигательной активности детей первой младшей группы (с 2 до 3 лет)

Форма активности	Режимное время	Продолжительность
1. Самостоятельная двигательная активность, подвижные игры	Во время утреннего приёма детей	6-8 мин.
2. Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин.
3. Пальчиковые игры	Ежедневно 2 раза в течении дня	2 мин.
4. Занятие «ОО Физическое развитие»	3 раза в неделю	10 мин.
5. Занятие «ОО Художественно-эстетическое развитие: музыкальное развитие»	2 раза в неделю	10 мин.
6. Динамические паузы	Между занятиями	5 мин.
7. Физкультурная деятельность на прогулке (закрепление основных видов движений, индивидуальная работа, подвижные игры)	Утро / Вечер	15 мин.
8. Бодрящая гимнастика, массажная дорожка	После дневного сна	5 мин.
9. Самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры	После полдника	10-15 мин.
10. Пешая прогулка до дома	Вечерний отрезок времени	индивидуально

Суммарный объём двигательной активности, не менее - 1,0 ч/день