

Приложение № 1  
 К Приказу № 143/00-ОД от 31.08.2023г.  
 «Об утверждении режима двигательной активности  
 в ГБДОУ д/с №61 Приморского района на 2023-2024 учебный год»

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
 ГБДОУ детского сада №61  
 Приморского района Санкт – Петербурга  
 Протокол № 1 от 31.08.2023г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Заведующий ГБДОУ № 61  
 Приморского района Санкт – Петербурга  
 Е.В. Лосевская  
 приказ № 143/00-ОД от 31.08.2023г



**Режим двигательной активности  
 в дошкольных группах**

Режимные моменты	Кол-во и длительность занятий (в мин.)			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика	ежедневно 10	ежедневно 10	ежедневно 10	ежедневно 10
Перерыв во время занятий, не менее 2 минут	2	2	4	4
Физкультурные занятия	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	3 раза в неделю 25	3 раза в неделю 30
Музыкальные занятия	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
Прогулка: подвижные игры, спортивные задания	ежедневно 15	ежедневно 15	ежедневно 15	ежедневно 15
Бодрящая гимнастика после сна, массажные дорожки	ежедневно 10	ежедневно 10	ежедневно 10	ежедневно 10
Организованная двигательная деятельность детей на вечерней прогулке (подвижная или спортивная игра)	ежедневно 15	ежедневно 15	ежедневно 15	ежедневно 15
Суммарный объем двигательной активности, не менее 60 минут	67	72	79	84

Физкультурные праздники и развлечения 1 раз в месяц – 15 – 30 минут  
 Музыкальные праздники и развлечения 1 раз в месяц – 15-30 минут