

**ПРИНЯТ**

Педагогическим Советом
ГБДОУ детского сада № 62
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «29» августа 2025 г.

Утвержден

И.о. заведующего
ГБДОУ № 62 Невского района
Санкт-Петербурга
Л.В. Ладода
Приказ № 147 от 29.08.2025 г.

Приложение № 3**Режим двигательной активности детей ГБДОУ детского сада № 62 Невского района Санкт-Петербурга**

Формы работы		Возрастные группы. Особенности организации, продолжительность				
		Группы раннего возраста	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
• Физкультурно-оздоровительные мероприятия						
1.1	Утренняя гимнастика	4-5 ежедневно	4-5 ежедневно	6-8 ежедневно	8-10 ежедневно	10-12 ежедневно
1.2	Двигательная разминка между образовательной деятельностью	10-15 ежедневно	10-15 ежедневно	10-15 ежедневно	10-15 ежедневно	10-15 ежедневно
1.3	Физкультминутка	-	-	-	1-3 в середине образовательной деятельности статичного характера	1-3 в середине образовательной деятельности статичного характера
1.4	Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	10-15 2 р. в день и 5-10 в дни проведения занятий физической культуры	15-20 2 р. в день и 5-10 в дни проведения занятий физической культуры	20-25 2 р. в день и 8-12 в дни проведения занятий физической культуры	25-30 2 р. в день и 10-15 в дни проведения занятий физической культуры	30-40 2 р. в день и 10-15 в дни проведения занятий физической культуры
1.5	Дифференцированные игры и упражнения на прогулке	6-8	8-12	8-12	10-15	10-15
		Ежедневно во время дневной прогулки				
		6-8	6-10	8-10	10-12	12-15
		Ежедневно во время вечерней прогулки				
1.6	Тренажерный путь	Ежедневно после дневного сна				
1.7	Гимнастика после дневного сна	5	6	8	10	12

• образовательная деятельность в режиме дня						
2.1	Образовательная деятельность по физическому развитию детей	3 раза в неделю по подгруппам. В конце года в составе всей группы 10 мин.	15 3 раза в неделю	20 3 раза в неделю	25 3 раза в неделю	30 3 раза в неделю
• Самостоятельная двигательная активность						
3.1	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
• Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1	День здоровья	Последняя пятница каждого месяца				
4.2	Каникулы	С 01 января по 09 января				
4.3	Физкультурно-спортивные праздники	-		2 раза в год 60 мин.	2-3 раза в год 1 час 30 мин.	2-3 раза в год 1 час 30 мин.
4.4	Физкультурный досуг	-	20-30 мин. 1-2 раза в месяц	20-30 мин. 1-2 раза в месяц	30-45 мин. 1-2 раза в месяц	45-50 мин. 1-2 раза в месяц
• Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи						
5.1	Домашние задания	Назначается врачом				
5.2	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях	Подготовка и участие в физкультурных досугах, праздниках, днях здоровья, посещение открытых мероприятий				
6.Объем двигательной активности детей 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6-8 часов в неделю.						

ОСНОВАНИЕ:

- Постановление от 28 сентября 2020 г № 28 Об утверждении СанПиН 2.4.3648 –20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- ФЗ РФ от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного образования».
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».