



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий ГБДОУ детского сада № 42
 Пушкинского района Санкт – Петербурга
 А.М. Падлужная

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
 ГБДОУ детский сад № 42 Пушкинского района Санкт-Петербурга

Форма работы	Особенности организации, продолжительность деятельности (мин)				
	ранний возраст	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Образовательная деятельность по физическому развитию	3 раза в неделю	3 раза в неделю (2 раза в спортивном зале и 1 раз в бассейне)			
	10	15	20	25	30
Физкультурно-оздоровительная работа в течение дня:	Ежедневно				
1.утренняя гимнастика	4-5	5-6	6-8	8-10	10
2.подвижные игры и физические упражнения во время прогулки	Ежедневно на утренней и вечерней прогулках				
	10	15	20	25	30
3.индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно по результатам педагогической диагностики (3-15)				
4.физкультминутка	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности (1-3)				
5.двигательная разминка (динамическая пауза)	-	Ежедневно проводится в перерывах между образовательной деятельностью (не более 10 минут)			
6.гимнастика после дневного сна	Ежедневно				
	4-5	5-6	6-8	8-10	10
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно (характер и продолжительность зависят от индивидуальных особенностей детей и их потребностей)				