



Утверждено  
Приказом по государственному бюджетному дошкольному образовательному учреждению детского сада № 25 комбинированного вида Курортного района Санкт-Петербурга «Умка»  
Заведующий В.И. Бабушкина  
№ 204 от 31 августа 2016 г.

**РЕЖИМ  
ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ  
средней (общеобразовательной) группы**

государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
детского сада № 25 комбинированного вида Курортного района Санкт-Петербурга «Умка»  
на 2016-2017 учебный год

Виды двигательной активности	Время
Утренняя гимнастика Физкультминутки Динамические перемены	Ежедневно 10 – 12 мин Ежедневно 1 – 3 мин Ежедневно 10 – 12 мин между занятиями
Подвижные игры и физкультурные игры на прогулке	Ежедневно 15 – 20 мин Вечер: 10 мин
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно Утро – 15 мин Вечер: 10 мин
Оздоровительный бег	3-5 мин
Бодрящая гимнастика	Ежедневно 6 – 8 мин
Физкультурные занятия	2 раза в зале 1 раз на улице по погоде 20 мин
Физкультурный досуг	30 мин 1 раз в месяц
Спортивный праздник	4 раза в год 60 мин
Дни здоровья	1 раз в месяц
Каникулы	2 раза в год
ЛФК	2 раза в неделю 20 мин
Спартакиады вне детского сада	
Спортивные секции	
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей двигательной особенности детей