

Согласовано:

Заместитель директора по УВР ГБОУ № 696 Сизова И.В.
Белоцкая Н.П.

Врач ГБОУ № 696 Кузьмина И.В.

Утверждаю:

Директор ГБОУ № 696

Режим двигательной активности в старшей группе № 11 «Солнышко»

ГБОУ № 696 Приморского района

На 2024 – 2025 учебный год

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Самостоятельная двигательная деятельность детей	75 мин	75 мин	75 мин	75 мин	75 мин
Гимнастика	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Физкультурные минутки	4-6 мин	6-8 мин	6-8 мин	6-8 мин	4-6 мин
Физкультурные паузы	10 мин	20 мин	20 мин	10 мин	10 мин
Физкультурные занятия	25 мин			25 мин	25 мин
Музыкальные занятия		25 мин		25 мин	
Свободные и совместные игры	50 мин	60 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Прогулка: подвижные игры, игры – задания, спортивные задания, самостоятельная двигательная деятельность	35 мин	10 мин 10 мин 40 мин	10 мин 10 мин 40 мин	35 мин	10 мин 10 мин 40 мин
Бодрящая гимнастика и игры после сна	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на вечерней прогулке	120 мин	120 мин	120 мин	120 мин	120 мин
Всего время %	6ч.36мин. 55%	7ч.23мин. 61%	6ч36мин. н. 55%	6ч.36мин. 55%	6ч.36мин. . 55%