

Согласовано:

Заместитель директора по УВР ГБОУ № 696 Сизова И.В.

Врач ГБОУ № 696 Ахапкина Т.А.



Утверждено:

Директор ГБОУ № 696 Белошкая Н.П.



Режим двигательной активности подготовительной к школе группы

№11«Солнышко» ГБОУ № 696 Приморского района

на 2025 – 2026 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	6-8 мин	6-8 мин	4-6 мин	6-8 мин	6-8 мин
Физкультурные паузы	20 мин	20 мин	10 мин	20 мин	20 мин
Физкультурные занятия	30 мин		30 мин		30 мин
Музыкальные занятия		30 мин	30 мин	30 мин	
Свободные и совместные игры		10 мин	10 мин	10 мин	20 мин
Прогулка: подвижные игры, игры-задания спортивные задания самостоятельная двигательная деятельность	30 мин	10 мин 10 мин 40 мин	10 мин 10 мин 40 мин	10 мин 10 мин 40 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/%	5 ч. 58 мин. 50 %	6ч.38мин. 56 %	6ч28мин. / 54 %	6ч.38мин. 56 %	6 ч.48мин. 57 %