

Согласовано:

Утверждаю:

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

Врач ГБОУ №696

Ахапкина Т.А.

Режим двигательной активности в средней группе № 5 «Колобок»

ГБОУ № 696 Приморского района

на 2025 – 2026 учебный год

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Самостоятельная двигательная деятельность детей	65 мин	65 мин	65 мин	65 мин	65 мин
Гимнастика	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Игры до занятий	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Физкультурные минутки	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
Физкультурные паузы	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Физкультурные занятия	20 мин		20 мин		20 мин
Музыкальные занятия		20 мин		20 мин	
Прогулка: подвижные игры, игры-задания самостоятельная двигательная деятельность	12 мин	12 мин	12 мин	12 мин	12 мин
	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
	60 мин	60 мин	60 мин	60 мин	60 мин
Бодрящая гимнастика и игры после сна	25 мин	25 мин	25 мин	25 мин	25 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин
Организованная и самостоятельная двигательная деятельность детей на вечерней прогулке	90 мин	90 мин	90 мин	90 мин	90 мин
Всего время/%	6 ч. 35 мин	6ч.35мин	6ч.35мин	7ч.5мин	6ч.35мин
	54%	54%	54%	58%	54%