

Приложение 8  
к Образовательной программе Государственного бюджетного  
дошкольного образовательного учреждения  
детского сада № 43 Василеостровского района Санкт-Петербурга

**Режимы двигательной активности на 2022-2023 учебный год  
для групп раннего возраста № 1,2,3,4,5,6,7**

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 1  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура			10	10	
Занятие: музыка	10				10
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	10	10	15
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	25	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	25	15	15	20
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
<b>Итого</b>	<b>106 (1 ч 46 м)</b>	<b>116 (1 ч 56 м)</b>	<b>116 (1 ч 56 м)</b>	<b>116 (1 ч 56 м)</b>	<b>106 (1 ч 46 м)</b>

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 2  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура	10		10		10
Занятие: музыка		10		10	
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	10	10	15	10
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	20	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельная двигательная деятельность, упражнения, подвижные игры в течение дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	15	15	20	15
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 3  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура	10		10		10
Занятие: музыка		10		10	
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	10	10	15	10
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	20	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	15	15	20	15
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 4  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура			10	10	
Занятие: музыка	10				10
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	10	10	15
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	25	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	25	15	15	20
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	116 (1 ч 56 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 5  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура		10	10	10	
Занятие: музыка	10				10
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	10	10	15	10
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	20	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	15	15	20	15
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 6  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура		10	10	10	
Занятие: музыка	10				10
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	10	10	15	10
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	20	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	15	15	20	15
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)

Режим двигательной активности  
в группе раннего возраста № 7  
на 2022-2023 учебный год

Форма двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Занятие: физическая культура			10	10	
Занятие: музыка	10				10
Физкультурные минутки	1	1	1	1	1
Подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке	15	15	10	10	15
Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	25	20	20	20
Гимнастика после сна	5	5	5	5	5
Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня	30	30	30	30	30
Подвижные игры и физические упражнения вечерней прогулке	20	25	15	15	20
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	10	10	10	10	10
Итого	106 (1 ч 46 м)	116 (1 ч 56 м)	116 (1 ч 56 м)	116 (1 ч 56 м)	106 (1 ч 46 м)