

АДМИНИСТРАЦИЯ ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 601
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 601
Приморского района Санкт-Петербурга

Протокол №1 от 28.08.2026г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школы № 601
Приморского района Санкт-Петербурга
В.А. Якимовой

Приказ № 161 от 31.08.2026г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 166AC94A856B0322DC9C862ACF9D6885
Владелец: Якимова Валерия Анатольевна
Действителен: с 09.09.2025 до 03.12.2026

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
в Отделении Дошкольного Образования
на 2026-2027 учебный год

Формы работы по ф/в в р/дня		Возрастные группы / продолжительность, мин.											
		Период.	Группа раннего возраста		Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подгот. группа		
Физкультурно-оздоровительная работа	1. Утренняя гимнастика	ежедневно	10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		
	2. П/игры на прогулке		10 мин.		15 мин.		20 мин.		25 мин.		30 мин.		
	3. Физминутки		2-3мин.		2-3мин.-		2-3мин.		3-5мин.		3-5мин.		
	4. Гимнастика после сна в сочентании с закаливающими мероприятиями		10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		
	5. Двигательные разминки между занятиями		10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		10 мин.		
Занятия	1.Физическая культура в зале	2р/нед	10 мин.		15 мин.		20 мин.		25 мин.		30мин.		
	2.Плавание	1р/нед.	-		15 мин.		20 мин.		25 мин.		30мин.		
	3.Музыкальные занятия	2р/нед.	10 мин.		15 мин.		20 мин.		25 мин.		30мин.		
СДС	1. Подвижные игры во время приема	ежед.	5 мин.		5 мин.		7 мин.		10 мин.		12 мин.		
	2. Прогулка утро/вечер		1,20	1,50	1,20	2	1,50	2	1,50	2	1,50	2	

Активный отдых	1. Физкультурный досуг	1р/мес.	15	20	20	30	35
	2. Физкультурный праздник	2р/год	15	20	25	35	40
Итого в день Д/А составляет: (50-60% периода бодрствования)			4 часа 18 минут	4 часа 58 минут	5 часов 50 минут	6 часов 15 минут	6 часов 37 минут