

**Государственное дошкольное образовательное учреждение детский сад №11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТ

на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 28. 08. 2025 г.

СОГЛАСОВАН

Врач
А. И. Иванова

УТВЕРЖДЕН

Приказом № 52-О/25 от 28.08.2025 г.
Заведующий _____ Е.В.Федоренкова

**РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ
НА 2025 – 2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
(Здание 2. III Революции, д.18. корп.3)**

**Санкт – Петербург
2025**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий**

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFafa989DC09BBDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга (здание № 2: Ш.Революции , 18/3)**

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам				
		2 ранняя группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.	Физкультурно – оздоровительная работа					
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	1,5 мин.	1,5-2 мин.	2 мин.	2 мин.	2 мин.
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 6-10 мин. Вечером 6-10 мин	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин	Утром 20 мин. Вечером 20 мин.	Утром 25 мин. Вечером 25 мин.	Утром 25-30 мин. Вечером 15-20 мин.
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 5 – 8 мин Вечером 5 - 8 мин	Утром 5 – 8 мин Вечером 5 - 8 мин	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин.	Утром 15-20 мин. Вечером 10-15 мин.	Утром 15-20 мин. Вечером 10-15 мин.
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин	Ежедневно утром и вечером по 10 мин	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Ежедневно 5–10 мин.	Ежедневно 5–10 мин.	Ежедневно 5–10 мин.	Ежедневно 5–10 мин.
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно; характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей; самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования, проводится под наблюдением воспитателя				
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе	Ежедневно; характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей; проводится под наблюдением воспитателя				
2.	Образовательная деятельность					
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 10 мин. в зале 1 раз в неделю по 10 мин на прогулке	2 раза в неделю по 15 мин.	2 раза в неделю по 20 мин. в зале	2 раза в неделю по 25 мин. в зале	2 раза в неделю по 30 мин. в зале
	Плавание	-	1 раз в неделю до 15 мин (бассейн)	1 раз в неделю до 20 мин. (бассейн)	1 раз в неделю до 25 мин. (бассейн)	1 раз в неделю до 30 мин. (бассейн)
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 10 мин.	2 раза в неделю в зале по 15 мин.	2 раза в неделю в зале по 20 мин.	2 раза в неделю в зале по 25 мин.	2 раза в неделю в зале по 30 мин.
3.	Физкультурно–массовая работа					
3.1	Физкультурные праздники	документ подписан электронной подписью		Во второй половине	2 раза в год до 60	2 раза в год до 60

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий**

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFAFA989DC09BBDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

				года до 40 мин	мин	мин
3.2	Физкультурный досуг	--	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 25 мин.	1 раз в месяц 25-35 мин	1 раз в месяц до 40 мин
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)				
4.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи					
4.1	Задания на дом	Утренняя гимнастика, физические упражнения и подвижные игры с родителями и под их контролем.				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,** Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFAFA989DC09BBD47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. Ш. Революции, д.18.корп.3)**

II ранняя группа

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 2 -3 (повторы 4-5 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	1,5 мин. 1,5 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 3-4 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 6 – 10 мин. Вечером 6 - 10 мин.	2-3 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 5 - 8 мин. Вечером 5 – 8 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 10 мин.	Проводятся в зале
	Физкультура	1 раз в неделю по 10 мин	Проводится на прогулке
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 10 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно–массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	-	-
3.2	Физкультурный досуг	-	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

документ подписан электронной подписью

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 78FAFA989DC09BBDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. III. Революции, д.18.корп.3)

II младшая группа

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 3 - 4 (повторы 4-6 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	1,5 - 2 мин. 1,5 - 2 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 3-4 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 10 - 15 мин. Вечером 10 - 15 мин.	1-2 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 5 – 8 мин. Вечером 5 – 8 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 15 мин.	Проводятся в зале
	Плавание	1 раз в неделю по 15 мин	Проводятся по подгруппам в бассейне
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 15 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно–массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	-	
3.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц до 25 мин.	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий**

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFAFA989DC09BBD47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. Ш. Революции, д.18.корп.3)
средняя группа

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 4 – 5 (повторы 5 - 6 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	2 мин. 2 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 4-5 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 20 мин. Вечером 20 мин.	2-3 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 20 мин.	Проводятся в зале
	Плавание	1 раз в неделю по 20 мин	Проводится по подгруппам в бассейне
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 20 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно–массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	1 раз до 40 мин.	Во второй половине года
3.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-30 мин.	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BF4FA989DC09BBD47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. Ш. Революции, д.18.корп.3)
старшая группа

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 5 - 6 (повторы 6 - 8 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	2 мин. 2 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 4-5 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 25 мин. Вечером 25 мин.	2-3 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 25 мин.	Проводятся в зале
	Плавание	1 раз в неделю по 25 мин	Проводятся по подгруппам в бассейне
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 25 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно – массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	2 раза в год до 60 мин	
3.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 25-35 мин	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

документ подписан электронной подписью

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFAFA989DC09BBDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. Ш. Революции, д.18.корп.3)
подготовительная к школе группа

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 6 -8 (повторы 8 – 10 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	2 мин. 2 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 4-5 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 25-30 мин. Вечером 15-20 мин.	2-3 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно. Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 25 мин.	Проводятся в зале
	Плавание	1 раз в неделю по 25 мин	Проводятся по подгруппам в бассейне
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 25 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно – массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	2 раза в год до 60 мин	
3.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 35-40 мин	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (МСК)

Сертификат 7BF4FA989DC09BDDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26

**Государственное бюджетное дошкольное учреждение детский сад № 11
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**
РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 11 (здание 2. Ш. Революции, д.18.корп.3)
разновозрастная группа (5-7 лет)

№ п/п	Виды двигательной активности детей	Распределение двигательной нагрузки по возрастным группам	Примечания
1.	Физкультурно – оздоровительная работа		
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Кол-во ОРУ: 5 -6 (повторы 6-8 раз) Комплекс составляется на 2 недели Формы проведения занятий: традиционная, игровая, сюжетно-игровая
1.2	Физкультминутки Динамические паузы	2 мин. 2 мин.	По мере необходимости в игровой форме
1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	10 мин.	Комплекс состоит из 4-5 упражнений и подбирается с учетом индивидуальных особенностей детей По мере необходимости в игровой форме
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Утром 25-30 мин. Вечером 15-25 мин.	2-3 игры разной подвижности
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Утром 10-15 мин. Вечером 10-15 мин.	По результатам физкультурных занятий; по группам здоровья
1.6	Индивидуальная работа в группе	Ежедневно утром и вечером по 10 мин.	По группам здоровья; с учетом индивидуальных особенностей детей
1.7	Бодрящая гимнастика после сна	Ежедневно 5–10 мин.	Проводится после дневного сна (постепенный подъем) с учетом индивидуальных особенностей детей
1.8	Самостоятельная двигательная активность на прогулке	Ежедневно. Продолжительность самостоятельной двигательной активности (в группе и на прогулке) зависит от индивидуальных особенностей двигательной активности детей.	
1.9	Самостоятельная двигательная активность в группе		
2.	Образовательная деятельность		
2.1	Физкультура	2 раза в неделю по 30 мин.	Проводятся в зале
	Плавание	1 раз в неделю по 30 мин	Проводятся по подгруппам в бассейне
2.2	Музыка	2 раза в неделю в зале по 30 мин.	Проводятся в зале
3.	Физкультурно – массовая работа		
3.1	Физкультурные праздники	2 раза в год до 60 мин	
3.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 35 мин	
3.3	День здоровья	1 раз в квартал	
3.4	Неделя здоровья	1 раз в квартал (октябрь, декабрь, апрель, июль)	

документ подписан электронной подписью

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 11 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Федоренкова Екатерина Витальевна, заведующий

22.09.25 14:39 (MSK)

Сертификат 7BFAFA989DC09BBDF47C353453AA2D24
Действует с 02.07.25 по 25.09.26