

«Согласовано»
Ст. воспитатель /Виличинская Л. В./
Врач /Голомозина Н. В./
Протокол педагогического совета № 1 от 26.08.2026

Зав. ГБДОУ /Носкова С. А./
Приказ № 8-ОД от 26.08.2026.

Режим двигательной активности детей

Группа 1 ясельная 2026- 2027 учебный год

	№ п/п	Виды деятельности	максимум в день			понедельник			вторник			среда			четверг			пятница		
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.		1 и 2	3 и 4		1 и 2	3 и 4		1 и 2	3 и 4		1 и 2	3 и 4		1 и 2	3 и 4	
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	5	5		5	5		5	5		5	5		5	5		5	5	
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра)	10	8					10	8					10	8				
	3	Гимнастика после сна	5	5		5	5		5	5		5	5		5	5		5	5	
	4	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	10	8																
	Итого:		30	26		10	10		20	18		10	10		20	18		10	10	
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	7	5		7	5		7	5		7	5		7	5		7	5	
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	15	10		15	10		15	10		15	10		15	10		15	10	
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	15	10		15	10		15	10		15	10		15	10		15	10	
	Итого:		37	25		37	25		37	25		37	25		37	25		37	25	
Не регламентированная деятельность		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности																		
индивидуально																				

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
 - Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной и физкультурной регламентированных деятельности и досуга.

«Согласовано»

Ст. воспитатель /Виличинская Л. В./

Врач /Голомолзина Н. В./

Протокол педагогического совета № 1 от 26.08.2026

«Утверждено»

Зав. ГБДОУ /Носкова С. А./

Приказ № 8 - ОД от 26.08.2026.

Режим двигательной активности детей

Группа II ясельная

2026- 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	максимум в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра)	10	8					10	8			10	8
	3	Гимнастика после сна	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	4	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	10	8										
-	Итого:		30	26	10	10	10	10	20	18	10	10	20	18
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	7	5	7	5	7	5	7	5	7	5	7	5
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10
	Итого:		37	25	37	25	37	25	37	25	37	25	37	25
Нерегламентир. деятельность		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
- Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок

Дети активно двигаются во время музыкальной и физкультурной регламентируемых деятельности и досугах.

«Утверждено»
Зав. ГБДОУ /Носкова С. А./
Приказ № 8-ОД от 26.08. 2026г.

Режим двигательной активности детей

Группа I младшая
2026– 2027 учебный год

	№ п/п	Виды деятельности	Максимум в день		понедельн ик		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн)	15	10	15	10	15	10			15	10		
	3	Гимнастика после сна	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
	4	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	15	10					15	10				
-	Итого:		44	34	29	24	29	24	29	24	29	24	14	14
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	15-20	10-15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	15-20	10-15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	Итого:		40-50	27-37	50	37	50	37	50	37	50	37	50	37
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
- Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной и физкультурной регламентированных деятельностей и досугов.

Режим двигательной активности детей

Группа II младшая
2026-2027 учебный год

	№ п/п	Виды деятельности	Норма в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн, ЛФК)	15	10			15	10	15	10			15	10
	3	Гимнастика после сна	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
	4	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	15	10	15	10								
-	Итого:		44	34	29	24	29	24	29	24	14	14	29	24
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	15-20	10-15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	15-20	10-15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	Итого:		40-50	27-37	50	37	50	37	50	37	50	37	50	37
Нерегламентированная деятельность		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
- Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной и физкультурной регламентируемых деятельностей и досугах.



Режим двигательной активности детей

Группа I средняя
2026- 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	Максиму м в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн, ЛФК)	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15		
	3	«Ручеек»	5	5	-	-	5	5	-	-	5	5	5	5
	4	Гимнастика после сна	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
	5	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	20	15									20	15
	Итого:		61	51	36	31	41	36	36	31	41	36	41	36
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	Итого:		50	37	50	37	50	37	50	37	50	37	50	37
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
 - Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной и физкультурной регламентируемых деятельности и досугах.

Режим двигательной активности детей

Группа II средняя
2026- 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	Максимум в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, ЛФК, бассейн)	20	15			20	15	20	15			20 20	15 15
	3	«Ручеек»	5	5	5	5			5	5	5	5		
	4	Гимнастика после сна	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
	5	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	20	15	20	15								
Итого:			61	51	41	36	36	31	41	36	21	21	56	36
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7	10	7
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15	20	15
	Итого:		50	37	50	37	50	37	50	37	50	37	50	37
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
 - Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной, физкультурной регламентированных деятельностей и досугов.

Зав. ГБДОУ «Городской детский сад № 8-ОД от 26.08.2026г» Носкова С. А./

Режим двигательной активности детей

Группа I старшая

2026 – 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	Максиму м в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн)	25	20			25	20			25	20		
	3	Ручеек	7	7	7	7			7	7			7	7
	4	Гимнастика после сна	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	5	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	25	20			25	20			25	20	25	20
-	Итого:		77	67	27	27	70	60	27	27	70	60	52	47
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	25	20	25	20	25	20	25	20	25	20	25	20
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	25	20	25	20	25	20	25	20	25	20	25	20
	Итого:		60	50	60	50	60	50	60	50	60	50	60	50
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
 - Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной, физкультурной регламентируемых деятельности и досугах.

Зав. ГБДОУ /Носкова С. А./
Приказ № 8-ОД от 26.08.2026г

Режим двигательной активности детей

Группа I подготовительная

2026- 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	Максимум в день		понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн)	30	25			30	25	30	25	30	25	30	25
	3	Ручеек	8	8	8	8	8	8			8	8		
	4	Гимнастика после сна	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	5	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	30	25									30	25
-	Итого:		90	80	33	33	63	58	55	50	63	58	85	75
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25
	Итого:		72	62	72	62	72	62	72	62	72	62	72	62
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
 - Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
- Дети активно двигаются во время музыкальной, физкультурной регламентированных деятельностей и досугов.

Утверждено»

Зав. ГБДОУ /Носкова С. А./
Приказ № 8-ОД от 26.08.2026г

Режим двигательной активности детей

Группа II подготовительная
2026- 2027 учебный год

	№ п / п	Виды деятельности	Максиму м в день		понедельн ик		вторник		среда		четверг		пятница	
			1 и 2 гр.	3 и 4 гр.	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4	1 и 2	3 и 4
Регламентированная деятельность	1	Утренняя гимнастика	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
	2	Деятельность в 1 половине дня (физ-ра, бассейн, ЛФК)	30	25	30	25			30	25	30	25	30	25
	3	Гимнастика после сна	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
	4	Ручеек	8	8			8	8	8	8			8	8
	5	Деятельность во 2 половине дня (физ-ра, бассейн, досуг)	30	30			30	25						
-	Итого:		90	80	55	50	63	58	63	58	55	50	63	58
Частично регламентированная деятельность	1	Индивидуальная работа по развитию движений	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
	2	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 1 половине дня.	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25
	3	Спортивные игры, п/и, физкультурные упражнения на прогулке в 2 половине дня.	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25	30	25
	Итого:		72	62	72	62	72	62	72	62	72	62	72	62
Нерегламентир.		Самостоятельная двигательная активность детей в различных видах деятельности	индивидуально											

- На активную деятельность детей в режиме дня отводится не менее 3,5-4 часов в день
- Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять 45-50% всего объема двигательной активности и 35-40% во время прогулок
Дети активно двигаются во время музыкальной, физкультурной регламентируемых деятельностей и досугах.