ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад №82
Выборгского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1
от 27.08.2026

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий ГБДОУ детский сад № 82
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ И.П. Харитонова
Приказ № 158/од
от 27.08.2026

Ирина Петровна Харитонова

Подписан: Ирина Петровна Харитонова
DN: C=RU, OU=заведующий, O=ГБДОУ детский сад № 82 Выборгского района Санкт-Петербурга, CN=Ирина Петровна Харитонова, E=d082@shko.la
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2026-09-29 15:59:59
Foxit Reader Версия: 9.7.2

Организация режима двигательной активности в средней группе (от 4 до 5 лет) на 2026 – 2027 учебный год.

Средства двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 половина дня					
Утренняя гимнастика	7 мин	7 мин	7 мин	7 мин	7 мин
Двигательная разминка во время перерыва непрерывной образовательной деятельности	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Физкультминутки.	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин
Физкультурные занятия.	20 мин		20 мин	20 мин	
Подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулке.	25 мин	30 мин	30 мин	25 мин	25 мин
Самостоятельная двигательная активность на прогулке.	25 мин	25 мин	25 мин	25 мин	25 мин
Самостоятельные игры в помещении и движения в режиме дня.	35 мин	40 мин	35 мин	35 мин	35 мин
2 половина дня.					
Гимнастика после дневного сна.	7 мин	7 мин	7 мин	7 мин	7 мин
Физкультурный досуг		25 мин		25 мин	
Самостоятельная двигательная активность на прогулке.	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин
Самостоятельные игры в помещении и движения.	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин	35 мин
Подвижные игры на вечерней прогулке.	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин	20 мин