

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета

ДОО д/с «Сияние севера»

Протокол от «31» 08.2019

№ 01



УТВЕРЖДЕНО

Приказом по ДОО д/с «Сияние севера»

от «31» 08.2019

№ 01

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дошкольной образовательной организации
детского сада «Сияние севера» (ИП Кононов Д.И.)
ГО «город Якутск» Республики Саха (Якутия)
на 2019 – 2020 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
 - 1.1. Нормативные основания составления учебного плана образовательной деятельности
 - 1.2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана организованной образовательной деятельности
 - 1.3 Структура учебного плана организованной образовательной деятельности
2. Учебный план организованной образовательной деятельности
3. Расписание организованной образовательной деятельности
4. Режим дня для возрастных групп
5. Объем недельной двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста

1. Пояснительная записка к учебному плану

ДОО детский сад «Сияние севера» на 2019 -2020 учебный год

1.1 Нормативные основания составления учебного плана образовательной деятельности

Учебный план Дошкольной образовательной организации детский сад «Сияние севера» (далее Организация) на 2019-2020 учебный год составлен в соответствии со следующими законодательными актами и нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства Образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Минобрнауки России от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 16.03.2011 г. № 174 «Об утверждении Положения о лицензировании образовательной деятельности»;
- Письмом Минобрнауки России от 14.03.2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Письмом Минобрнауки России от 02.06.1998 г. № 89/34-16 «О реализации права дошкольных образовательных учреждений на выбор программ и педагогических технологий»;

Учебный план Дошкольной образовательной организации детский сад «Сияние севера» является нормативным документом, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени, отводимого на проведение организованной образовательной деятельности.

1.2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана.

Фундамент образовательного процесса составляет основная образовательная программа дошкольного образования (далее – Программа), разработанная и утверждённая в Организации в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования. Программа базируется на положениях *основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой*, рекомендованной Министерством образования РФ.

Основная образовательная программа Организации реализуется в сочетании с *модифицированной программой*:

- базовая программа «Тосхол» для национальных детских садов МО РС (Я), под. ред. М.Н. Харитоновой,
- модифицированная рабочая программа дополнительного образования детей дошкольного возраста «Счастливый английский», под. ред. И.А. Шишковой,
- программа художественного воспитания, обучения и развития детей 2-7 лет "Цветные ладошки". Лыкова И.А.

Дополнительный компонент

Данный компонент реализуется на основе следующего программно – методического обеспечения:

- Кружок «Цветные ладошки» (Лыкова И.А.)

- вариативная (*модульная*) часть - не более 40 % от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования. Эта часть Учебного плана, формируемая дошкольной образовательной организацией, обеспечивает вариативность образования, отражает специфику дошкольной образовательной организации, региональный компонент, позволяет более полно реализовать социальный заказ на образовательные услуги.

Учебный план ориентирован на интеграцию обучения и воспитания, на развитие воспитанников и состоит из следующих образовательных областей:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Реализация учебного плана предполагает обязательный учет принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей. Воспитание и обучение в Организации ведется на русском языке.

В рамках гуманистической концепции дошкольного воспитания предусматривается максимальное содействие становлению ребенка как личности, развитию активности, субъектной позиции детей в процессе организации их учебной деятельности. Занятия рассматриваются как важная, но не преобладающая форма организованного обучения детей. При составлении учебного плана учитывалось соблюдение минимального количества организованной образовательной деятельности на изучение каждой образовательной области, которое определено в инвариантной части учебного плана, и предельно допустимая нагрузка. Часы кружков, групповой и индивидуальной образовательной деятельности входят в объем максимально допустимой нагрузки.

Объем учебной нагрузки в течение недели определен в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений.

Перерывы между периодами непрерывной организованной образовательной деятельностью составляют не менее 10 минут, в середине отведенного на организованную образовательную деятельность проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда, четверг). Для профилактики утомления детей она сочетается с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей. Домашние задания детям не задаются.

Задачи образовательных областей решаются в течение дня и интегрируются с другими образовательными областями. Выполнение задач образовательной области «Речевое развитие» в младшей группе и средней группе обеспечивается через НОД по развитию речи, в старшей группе по развитию речи, обучение грамоте и обучение русскому языку. НОД по развитию речи в младшей и средней группе проводится 1 раз в неделю, в старшей группе по 2 раза в неделю.

В области «Познавательное развитие» входят ООД по ознакомлению с окружающим миром, формирование элементарных математических представлений, проектно-исследовательская деятельность, в том числе конструктивная деятельность. ООД по математике и конструированию проводятся интегрированно 1 раз в неделю. ООД по ознакомлению с окружающим миром с детьми в возрасте от 3 до 7 лет проводятся 1 раз в неделю.

Выполнение задач образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» и занятия по ОБЖ с детьми в возрасте от 3 до 7 лет вынесены в совместную деятельность взрослого и детей.

Выполнение задач образовательной области «Художественное творчество» обеспечивается через ООД по продуктивной деятельности. Занятия по рисованию проводятся воспитателем 1 раз в неделю с детьми в возрасте от 2 до 4 лет, с детьми от 5-7 лет – 2 раза в неделю. ООД по лепке и аппликации чередуются и проводятся 1 раз в две недели с детьми в возрасте от 3 до 7 лет.

Задачи направления «Музыка» реализуются на ООД во всех группах 2 раза в неделю музыкальным руководителем. Культурно - досуговая деятельность: отдых, развлечения, праздники, экскурсии проводятся 1 раз в месяц совместно со специалистами и воспитателями согласно комплексно-тематическому плану.

Область «Физическая культура» обеспечивает решение образовательных задач через физкультурные фронтальные занятия, которые проводятся 3 раза в неделю, третье занятие в теплое время года проводится на открытом воздухе, также при благоприятных метеорологических условиях число спортивных игр увеличивается. С детьми в возрасте от 4 до 7 лет проводятся спортивные досуги 1 раз в месяц и физкультурные праздники 2 раза в год.

При проведении подвижных игр на воздухе учитывается температурный режим: для детей средней группы не ниже – 15 С и скорости ветра не более 15 м/с, для детей старшей группы не ниже 20 С и скорости ветра не более 15 м /с. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях число подвижных игр, занятий физкультурой на открытом воздухе увеличивается.

Во всех возрастных группах задачи направления «здоровье» решаются в ходе режимных моментов интегрировано с другими образовательными областями и включают: упражнения на релаксацию; гимнастику, закаливание после сна.

Вариативная часть учебного плана реализуется посредством вариативных программ, подобранных по образовательным областям (40%). НОД проводятся через все виды деятельности с учетом возрастных особенностей детей, климатических условий и календарных праздников во второй половине дня, после дневного сна.

Реализация физического и художественно-эстетического направлений занимает не менее 50% общего времени образовательной деятельности.

Развитие трудовой деятельности детей направлено на достижение цели формирования положительного отношения к труду через решение задач:

- развитие трудовой деятельности;

- воспитание ценностного отношения к собственному труду, труду других людей и его результатам;
- формирование первичных представлений о труде взрослых, его роли в обществе и жизни каждого человека.

Формы организации трудовой деятельности детей:

Поручения: простые и сложные, эпизодические и длительные, коллективные и индивидуальные, дежурство – (не более 20 минут), коллективный труд (35-40 минут).

Типы организации труда детей: индивидуальный, труд рядом, общий труд, совместный труд.

Реализация других видов образовательной деятельности, не отраженных в инвариантной части учебного плана, во всех возрастных группах осуществляется в ходе взаимодействия педагога с детьми при проведении режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями воспитанников.

В сетке занятий разновозрастной группы:

- время проведения фронтальных физкультурных, музыкальных занятий, занятий по изобразительной деятельности рассчитывается по старшему возрасту детей, находящихся в группе;
- образовательная деятельность с детьми старшего возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна.

Формами организации воспитательно-образовательного процесса в разновозрастной группе являются фронтальные (физкультурные, музыкальные занятия, занятия по изобразительной деятельности), подгрупповые (занятия познавательного цикла), индивидуальные занятия, игровая деятельность.

При организации фронтальных занятий обучающие задачи ставятся для детей каждого возраста отдельно в соответствии с Учебным планом Организации, а также – с задачами и содержанием образовательной программы для данного возраста.

Продолжительность занятия зависит от возраста детей – начинается со старшими детьми с постепенным подключением к занятию детей среднего и младшего возраста. При одновременном начале занятие для детей среднего и младшего возраста заканчивается раньше.

Переходный период к началу учебного года (*с 1 по 15 сентября*) предусматривает наличие щадящего режима, нацеленного на адаптацию детей к условиям жизни в новой возрастной группе и включающего мероприятия, направленные на создание благоприятного психологического климата, снижение напряжения и предотвращение негативных проявлений.

Для детей с нарушением речи, образовательная деятельность проводится как со всей группой детей, так и с небольшими подгруппами или индивидуально по плану и вне учебного плана.

Педагогам предоставляется право варьировать место занятий в педагогическом процессе, интегрируя (объединяя) содержание различных видов занятий в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания. Воспитатели и специалисты координируют содержание проводимых занятий, осуществляя совместное планирование, обсуждая достижения и проблемы отдельных детей и группы в целом.

В педагогическом процессе используются фронтальная, подгрупповая, индивидуальная формы работы с детьми. Они применяются в зависимости от возраста, уровня развития, сложности программного и дидактического материала.

Продолжительность организованной образовательной деятельности

Возрастная группа	Продолжительность ООД
Младшая группа	не более 10 мин
2 младшая-средняя группа	не более 15-20 мин
Старшая-подготовительная группа	не более 25-30 мин

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня:

Младшая группа (от 2 до 3 лет)	не более 20 мин
2 младшая-средняя группа (3-4-5 лет)	не более 30-40 мин
Старшая-подготовительная группа (5-6-7 лет)	не более 50-60 мин

Работа кружка проводится во вторую половину дня, в кружке занимаются дети с 3 до 7 лет. Количество детей в кружке не превышает 12 человек. Содержание вариативной части учебного плана не превышает допустимую нагрузку.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки во второй половине дня:

Младшая группа (от 2 до 3 лет)	не чаще 2 раза в неделю продолжительностью не более 10 мин
2 младшая-средняя группа (3-4-5 лет)	не чаще 2 раза в неделю продолжительностью не более 15-20 мин
Старшая-подготовительная группа (5-6-7 лет)	не чаще 2 раза в неделю продолжительностью не более 25-30 мин

1.3. Структура учебного плана организованной образовательной деятельности

Учебный план разработан с учетом календарно – годового учебного графика работы ДОО «Сияние севера».

График работы ДОО	с 7.30 до 17.30ч.
Рабочие дни	<i>понедельник, вторник, среда, четверг, пятница</i>
Выходные дни	<i>суббота, воскресенье</i>
Продолжительность учебного года	<i>с 01.09.2019 г. по 31.05.2020 г., 36 недель с 01.06.2020 г. по 31.08.2020 г., 13 недель – по отдельной программе «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Итого: 247 рабочих дней</i>
Выходные праздничные дни	<i>- 4 ноября 2019 - 1-8 января 2020 - 22-24 февраля 2020 - 7-9 марта 2020 - 1-5 мая 2020 9-11 мая 2020 12-14 июня 2020</i>
Зимние каникулы	<i>с 1 января по 8 января</i>

Структура образовательного процесса:

Учебный день делится на три блока:

1) **утренний образовательный блок** включает в себя:

- самостоятельную деятельность ребенка и его совместную деятельность с воспитателем;

2) **развивающий блок** представляет собой:

- организованную образовательную деятельность (*организованное обучение в форме игровой деятельности*);

- наблюдения, опыты, эксперименты на прогулке;

3) **вечерний блок** включает в себя:

- совместную деятельность воспитателя с ребенком;

- свободную самостоятельную деятельность воспитанников;
- образовательную деятельность художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного, познавательно исследовательского направления.

На основе учебного плана разработано расписание организованной образовательной деятельности на неделю, не превышающее учебную нагрузку.

В расписании учтены психолого-возрастные возможности детей, продолжительность видов образовательной деятельности в день в каждой возрастной группе.

Образовательная деятельность проводится с несколькими детьми, с подгруппой или со всей группой воспитанников.

2. Учебный план организованной образовательной деятельности

Возрастные образовательные нагрузки на детей в соответствии с психофизическими особенностями

Продолжительность занятий	2-3 года	3-4 года	4-5 года	5-6 года	6-7 года
Длительность условного часа (в мин.)	8-10	15	20	25	30
Допустимый объем недельной нагрузки	10	10	10	12	13
Общее астрономическое время организованной образовательной деятельности в неделю (в часах)	1 час 40 мин (100 мин)	2 часа 30 мин (150 мин)	3 часа 20 мин (200 мин)	5 часов 00 минут (300 минут)	6 часов 30 минут (390 минут)
<i>Часть формируемая дошкольным образовательным учреждением, обеспечивает вариативность образования, отражает специфику дошкольного образовательного учреждения, региональный компонент</i>	<i>НРК 40 минут</i>	<i>НРК 60 минут</i>	<i>НРК 80 минут</i>	<i>НРК 120 минут</i>	<i>НРК 156 минут</i>

Объём недельной образовательной нагрузки организованной образовательной деятельности на 2019 – 2020 учебный год

Образовательные области	Базовый вид деятельности	Группа разновозрастной общеразвивающей направленности детей									
		2-3 года		3-4 года		4-5 года		5-6 года		6-7 года	
		Кол-во в нед/год	Длит.ООД мин/в нед.	Кол-во в нед/год	Длит.ООД мин/в нед.	Кол-во в нед/год	Длит.ООД мин/в нед.	Кол-во в нед/год	Длит.ООД мин/в нед.	Кол-во в нед/год	Длит.ООД мин/в нед.
«Физическое развитие»	Физическая культура в помещении	2/72	10/20	2/72	15/30	2/72	20/40	2/72	25/50	2/72	30/60
	Ф/к «Ритмика»	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	1/36	25/25	1/36	30/30
«Познавательное развитие»	Ознакомление с окружающим миром	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	1/36	25/25	1/36	30/30
	ФЭМП	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	1/36	25/25	2/72	30/60
«Развитие речи»	Развитие речи	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	2/72	25/50	2/72	30/60
Художественно – эстетическое развитие	Рисование	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	2/72	25/50	2/72	30/60
	Лепка/Аппликация	1/36	10/10	1/36	15/15	1/36	20/20	1/36	25/25	1/36	30/30
	Музыка	2/72	10/20	2/72	15/30	2/72	20/40	2/72	25/50	2/72	30/60
Социально – коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> · Социализация, развитие общения, нравственное воспитание · Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание · Самообслуживание · самостоятельность, трудовое воспитание · Формирование основ безопасности 	Осуществляется в ходе взаимодействия педагога с детьми при проведении режимных моментов, самостоятельной деятельности детей, взаимодействия с семьями воспитанников и интеграции образовательных областей									
Итого:		10/360	10/100	10/360	15/150	10/360	20/200	12/432	25/300	13/468	30/390

Объем образовательной нагрузки по реализации парциальных образовательных программ 40%

№	Парциальная образовательная программа	Образовательная область	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1.	Базовая программа «Тосхол» для национальных детских садов МО РС (Я), под ред. М.Н. Харитоновой	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Развитие речи» «Художественно-эстетическое развитие»	-	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры
2.	Программа дополнительного образования по английскому языку «Счастливый английский»	«Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Развитие речи»	-	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры	Интегрируется во всех разделах образовательной деятельности, кроме физической культуры
3.	Программа художественного воспитания, обучения и развития детей 2-7 лет "Цветные ладошки". Лыкова И.А.	«Художественно-эстетическое развитие»	-	Дополнительное образование «Цветные ладошки»	Дополнительное образование «Цветные ладошки»	Дополнительное образование «Цветные ладошки»	Дополнительное образование «Цветные ладошки»

3. Расписание организованной образовательной деятельности

ДОО д/с «Сияние севера» на 2019-2020 учебный год

Дни недели	Младшая группа
понедельник	1. Художественно - эстетическое развитие (рисование) 2. Познавательное развитие (ознакомление с окружающим миром)
вторник	1. Физическое развитие (физическая культура) 2. Развитие речи
среда	1. Познавательное развитие (ФЭМП) 2. Художественно - эстетическое развитие (музыка)
четверг	1. Художественно - эстетическое развитие (лепка/аппликация) 2. Физическое развитие
пятница	1. Художественно - эстетическое развитие (музыка) 2. Физическое развитие (ритмика)

Дни недели	2 младшая – средняя группа
понедельник	1. Познавательное развитие (ознакомление с окружающим миром) 2. Физическое развитие (физическая культура)
вторник	1. Развитие речи 2. Художественно - эстетическое развитие (музыка)
среда	1. Физическое развитие (физическая культура) 2. Художественно - эстетическое развитие (лепка/аппликация)
четверг	1. Художественно - эстетическое развитие (музыка) 2. Познавательное развитие (ФЭМП)
пятница	1. Художественно - эстетическое развитие (рисование) 2. Физическое развитие (физическая культура на воздухе) 3.

Дни недели	Старшая - подготовительная группа
понедельник	1. Познавательное развитие (ознакомление с окружающим миром) 2. Художественно - эстетическое развитие (рисование) 3. Физическое развитие (физическая культура)
вторник	1. Познавательное развитие ФЭМП (подготовительная группа) 2. Художественно - эстетическое развитие (лепка/аппликация) 3. Художественно - эстетическое развитие (музыка)
среда	1. Развитие речи (подготовка к обучению грамоте) 2 Развитие речи (старшая группа) 3. Физическое развитие (физическая культура)
четверг	1. Познавательное развитие - ФЭМП 2. Развитие речи 3. Физическое развитие (физическая культура на воздухе)
пятница	1. Художественно - эстетическое развитие (рисование) 2. Художественно - эстетическое развитие (музыка)

Режим дня по всем возрастным группам.

Организация режима пребывания воспитанников в ДОУ

В Учреждении разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей дошкольного возраста, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемой непосредственно образовательной деятельности с повседневной жизнью воспитанников в детском саду.

Младшая группа

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (утренний прием детей на воздухе (теплый период))	7.30-8.30
Утренняя зарядка	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.10-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-9.40
<i>длительность 8 – 10 мин.</i>	9.50-10.00
<i>перерывы между ООД – 10 мин</i>	
Игры, самостоятельная деятельность	10.00-10.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.25
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная организованная детская деятельность	15.40-16.25
Игры, беседы, индивидуальная работа с детьми	16.25-17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.40
Самостоятельная деятельность, просмотр детских телепередач, спокойные настольные игры	17.40-19.00
Уход детей	19.00-19.30

2 младшая – средняя группа

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (утренний прием детей на воздухе (теплый период))	7.30-8.30
Утренняя зарядка	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.10-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-9.50
<i>длительность до 20 – 25 мин.</i>	10.00-10.20
<i>перерывы между ООД – 10 мин</i>	
Игры, самостоятельная деятельность	11.20-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная организованная детская деятельность (занятия, кружки)	15.40-16.00
Чтение художественной литературы	16.00-16.25
Игры, труд, индивидуальная работа с детьми	16.25-17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.40
Самостоятельная деятельность, просмотр детских телепередач, спокойные игры	17.40-19.00
Уход детей	19.00-19.30

Старшая – подготовительная группа

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (утренний прием детей на воздухе (теплый период))	7.30-8.30
Утренняя зарядка	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.10
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям	9.10-9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30-10.00
<i>длительность 25 – 30 мин.</i>	10.10-10.40
<i>перерывы между ООД – 10 мин</i>	10.50-11.20
Игры, самостоятельная деятельность	11.20-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная организованная детская деятельность (занятия, кружки)	15.40-16.00
Чтение художественной литературы	16.00-16.25
Игры, труд, индивидуальная работа с детьми	16.25-17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10-17.40
Самостоятельная деятельность, просмотр детских телепередач, спокойные игры	17.40-19.00
Уход детей	19.00-19.30

4. Объем недельной двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 2-7 лет организуются не менее 3х раз в неделю.

Длительность занятий зависит от возраста детей:

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю по 8-10 мин	2 раза в неделю по 15 мин	2 раза в неделю по 20 мин	2 раза в неделю по 25 мин	2 раза в неделю по 30 мин
	на улице	1 раз в неделю 8-10 мин	1 раз в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 4-5 минут	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10-12 минут
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно (в первой и во II половине дня) 10-15	Ежедневно (в первой и во II половине дня) 15 - 20	Ежедневно (в первой и во II половине дня) 20-25	Ежедневно (в первой и во II половине дня) 25-30	Ежедневно (в первой и во II половине дня) 30-40
	физкультминутки (в середине ООД)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в кварта

