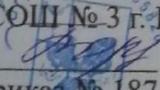


Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 4
от «25» августа 2023 г.

Утверждено
Директор МОУ
«СОШ № 3 г. Пугачева»
 О. Д. Бордунова
Приказ № 187
от «11» сентября 2023 г.



Учебный план

на 2023-2024 учебный год

филиала муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа №3 г. Пугачёва Саратовской области»
- средняя общеобразовательная школа с. Давыдовка,
структурное подразделение «Детский сад с. Давыдовка»

Учебный план филиала муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №3 г. Пугачёва Саратовской области» - средняя общеобразовательная школа с. Давыдовка, структурное подразделение «Детский сад с. Давыдовка» (далее Учебный план) является нормативным документом, определяющим распределение времени, отводимого организованный вид деятельности дошкольников (образовательная деятельность) с соблюдением максимально допустимого объема недельной образовательной нагрузки воспитанника.

Учебный план, реализующий основную общеобразовательную программу дошкольного образования, разработан в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384)

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 № 59599);

- Образовательной программой дошкольного образования план филиала муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №3 г. Пугачёва Саратовской области» - средняя общеобразовательная школа с. Давыдовка, структурное подразделение «Детский сад с. Давыдовка»;

- Уставом МОУ «СОШ № 3 г. Пугачева».

Учебный план ориентирован на организацию образовательной деятельности в режиме 5-ти дневной учебной недели, продолжительность учебного года составляет 378 недель (с сентября по май включительно).

Учебный план составлен для организации деятельности с детьми раннего возраста с 1,5 до 3 лет и разновозрастные группы для детей 2-х возрастов (от 3-х

до семи лет). Образовательная деятельность проводится преимущественно фронтально, для детей с 2 до 3 лет планируется по подгруппам.

Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более (СанПиН 1.2.3685-21):

группа раннего возраста «Солнышко»: от 1,5 до 3 лет- 10 мин;

разновозрастная группа «Ягодки» (средняя подгруппа: от 4 до 5 лет - 20 мин, старшая подгруппа: от 5 до 6 лет - 25 мин);

разновозрастная группа «Ягодки» (старшая подгруппа: от 5 до 6 лет - 25 мин, подготовительная группа: от 6 до 7 лет - 30 мин).

Продолжительность перерывов между занятиями всех возрастов не менее 10 мин. Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее 2 мин.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более:

разновозрастная возраста «Солнышко»: 20 мин;

разновозрастная группа «Ягодки» (средняя подгруппа: от 4 до 5 лет - 40 мин, старшая подгруппа: от 5 до 6 лет - 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна);

разновозрастная группа «Ягодки» (старшая подгруппа: от 5 до 6 лет - 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна, подготовительная группа: от 6 до 7 лет - 90 мин).

Продолжительность прогулок, не менее для детей до 7 лет - 3 ч/день. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Суммарный объем двигательной активности для всех возрастов не менее 1,0 ч/день.

Утренняя зарядка для детей до 7 лет, продолжительность, не менее 10 мин, старше 7 лет – 15 мин.

Для детей 6 - 7 лет использование ноутбуков возможно при наличии дополнительной клавиатуры. Продолжительность использования на занятии ЭСО:

<i>ЭСО</i>	<i>возраст</i>	<i>на занятии, не более</i>	<i>суммарно в день, не более</i>
Интерактивная доска	5-7	7	20
Интерактивная панель	5-7	5	10
Персональный компьютер	6-7	15	20
Ноутбук	6-7	15	20
Планшет	6-7	10	10

Продолжительность дневного сна для детей от 1 - 3 лет, не менее 3,0 ч; от 4 - 7 лет - 2,5 ч; старше 7 лет - 1,5 ч.

Учебным планом установлено время необходимое для реализации ОПДО, составляющее не менее 60% от её общего объёма; части, формируемой участниками образовательных отношений не более 40% с 10 ч 30 мин пребыванием детей в группах, в зависимости от возраста детей, их индивидуальных особенностей и потребностей, а также направленности группы, в которой ОПДО реализуется.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, составляет не более 40% и ориентирована на специфику национальных, социокультурных и иных условий, в том числе региональных, в которых осуществляется образовательная деятельность; сложившиеся традиции ДОО; выбор парциальных образовательных программ и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива и ДОО в целом

Методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса дополнено рядом парциальных программ, технологий и методик в соответствии рабочей программой педагога.

В Учебный план включено пять направлений, обеспечивающих: **физическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое** развитие детей.

Каждому направлению соответствуют виды деятельности (Таблица 1). Виды деятельности реализуются в образовательной деятельности:

- физическое развитие: физическая культура (в помещении, на воздухе), плавание;
- социально-коммуникативное развитие: в соответствии с частью программы, формируемой участниками образовательных отношений;
- познавательное: ознакомление с окружающим миром, формирование элементарных математических представлений;
- речевое развитие: развитие речи;
- художественно-эстетическое направление: рисование, лепка, аппликация, музыка.

Таблица 1. Виды детской деятельности

Направления развития ребёнка	Виды детской деятельности
2 года – 3 года	
Физическое	- двигательная (овладение движениями); -игровая (подвижные игры и игровые упражнения)
Познавательное	- экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и прочее)
Речевое	- восприятие сказок, стихов, рассматривание картинок
Социально-коммуникативное	- игровая (игры с составными и динамическими игрушками под руководством взрослого); - предметная; - самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и др.); - коммуникативная (общение со взрослым и сверстниками и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого)
Художественно-эстетическое	- восприятие смысла музыки
3 года – 7 лет	
Физическое	- двигательная (овладение движениями); -игровая (подвижные игры и игровые упражнения)
Познавательное	- познавательно-исследовательская (исследование объектов окружающего мира и экспериментирование с ними);

	- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками)
Речевое	-восприятие художественной литературы и фольклора
Социально-коммуникативное	-игровая: <ul style="list-style-type: none"> сюжетно-ролевые творческие игры: <p>на бытовые темы, с производственной тематикой, строительные, с природным материалом, театрализованные, игры-забавы и развлечения;</p> игры с правилами: <p>дидактические игры;</p> -самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице); -коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками)
Художественно-эстетическое	-изобразительная (рисование, лепка, аппликация), конструирование из разного материала (включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал); -музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах); -двигательная (овладение движениями)

Планирование образовательно-воспитательной работы основывается на доминирующей вид деятельности по пятидневной неделе (Таблица 2).

Таблица 2. Планирование образовательно-воспитательной работы

Организованная образовательная деятельность					
Доминирующий вид деятельности	Группа «Солнышко» (1,5-3)	Группа «Ягодка» (4-5, 5-6)		Группа «Радуга» (5-6, 6-7)	
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Ознакомление с окружающим миром	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Формирование элементарных математических представлений	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю
Развитие речи	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Рисование	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Лепка	1 раз в неделю	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
Аппликация	-	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели

Музыка	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Паритоты нашего села			1 раз в неделю (во II пол.дня)	1 раз в неделю (во II пол.дня)	1 раз в неделю (во II пол.дня)
Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности					
Чтение художественной литературы	Ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Конструктивно-модельная деятельность	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Игровая деятельность	Ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Общение при проведении режимных моментов	Ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурства	Ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	Ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность					
Самостоятельная игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Познавательно-исследовательская деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Оздоровительная работа					
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Для профилактики утомления детей проводятся занятия физической культуры и музыкальная деятельность.

Занятия по **физическому развитию** для детей второго и третьего года жизни осуществляются по подгруппам 2-3 раза в неделю, в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю.

С детьми второго года жизни занятия физической культурой проводятся в групповых комнатах.

Два занятия физической культурой воспитанников младших групп проводятся в групповых комнатах.

Один раз в неделю занятие физической культурой для воспитанников 5-7 лет проводится на открытом воздухе при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях занятия по физическому развитию организовываются на открытом воздухе.

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды. Планирование деятельности ДОУ направлено на совершенствование ее деятельности и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации программы ДОУ.

Гибкий учебный планов ДОУ представлен в Таблице 3.

Таблица 3. Гибкий учебный план

Образовательные области	Обязательная часть программы					
	Организованная образовательная деятельность					
	Доминирующий вид деятельности	Группа «Солнышко» (1,5-3)	Группа «Ягодки» (4-5, 5-6)		Группа «Радуга» (5-6, 6-7)	
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	20 мин	40 мин	50 мин	50 мин	60 мин
	Физическая культура на воздухе	10 мин	20 мин	25 мин	25 мин	30 мин
Познавательное развитие	Ознакомление с окружающим миром	10 мин	20 мин	50 мин	50 мин	60 мин
	Формирование элементарных математических представлений	10 мин	20 мин	25 мин	25 мин	60 мин
Речевое развитие	Развитие речи	10 мин	20 мин	50 мин	50 мин	60 мин
Художественно-эстетическое развитие	Рисование	10 мин	20 мин	50 мин	50 мин	60 мин
	Лепка	10 мин	20 мин	50 мин	50 мин	30 мин
	Аппликация					
	Музыка	20 мин	40 мин	50 мин	50 мин	60 мин
Социально-коммуникативное развитие	Парциальная программа по патриотическому развитию			50 мин	50 мин	60 мин
Итого		100 мин	200 мин	350 мин	350 мин	450 мин

Учитывая все особенности организации детской деятельности составлены:

- режим дня для всех возрастных групп на теплое и холодное время года (Приложение №1). Режим дня должен быть гибким, однако неизменными должны оставаться время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

- Режим занятий для групп раннего и дошкольного возраста (Приложение №2).

- Объем обязательной части программы, и части, формируемой участниками образовательных отношений для групп раннего и дошкольного возраста (Приложение №3).
- Организация двигательной активности детей (Приложение №4).

Приложение № 1

РЕЖИМ ДНЯ
Разновозрастная группа «Солнышко»
1,5-3 года

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 - 9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 - 9.40 9.50 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 - 11.30
Второй завтрак	10.30 - 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 - 16.10 16.20 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки. Уход детей домой	16.30 - 18.00
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00

Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 - 9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 - 11.30 9.40 - 9.50 10.00 - 10.10
Второй завтрак	10.30 - 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам. Возвращение с прогулки. Уход детей домой	16.00 - 18.00 16.20 - 16.30 16.40 - 16.50

Режим дня в дошкольных группах

Группа	Разновозрастная группа «Ягодки»	Разновозрастная группа «Радуга»
Холодный период года		
Содержание	4 - 6 лет	5 - 7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 - 9.15	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15 - 10.15	9.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15 - 12.00	10.50 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Обед	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	16.00 - 16.25	-

Игры, самостоятельная деятельность детей	16.25 - 17.00	16.00 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки. Уход домой	17.00 - 18.00	16.40 - 18.00
Теплый период года		
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 - 8.30	7.30 - 8.30
Завтрак	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00 - 9.15	-
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15 - 12.00	9.00 - 12.00
Обед	12.00 - 13.00	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 - 15.30	13.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Уход домой	17.00 - 18.00	17.00 - 18.00

Режим занятий

Группа	Подгруппа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Разновозрастная группа	1 подгруппа- (1,5-2) (10 мин)	Ознакомление с окружающим миром 9.30-9.40 Физическая культура в помещении 16.00-16.10	Развитие речи 9.30-9.40 Музыка 16.00-16.10	ФЭМП 9.30-9.40 Физическая культура в помещении 16.00-16.10	Лепка 9.30-9.40 Музыка 16.00-16.10	Рисование 9.30-9.40 Физическая культура на воздухе 16.00-16.10
	2 подгруппа- (2-3) (10 мин)	Ознакомление с окружающим миром 09.50-10.00 Физическая культура в помещении 16.20-16.30	Развитие речи 09.50-10.00 Музыка 16.20-16.30	ФЭМП 09.50-10.00 Физическая культура в помещении 16.20-16.30	Лепка 09.50-10.00 Музыка 9.20-9.30	Рисование 09.50-10.00 Физическая культура на воздухе 16.20-16.30
Разновозрастная	1 подгруппа- средняя (20 мин)	Ознакомление с окружающим миром 9.15-9.35 Музыка 9.45-10.05	Развитие речи 9.15-9.35 Физическая культура в помещении 16.00-16.20	ФЭМП 9.15-9.35 Музыка 9.45-10.05	Физическая культура в помещении 9.45-10.05 Лепка/ Аппликация 10.10-10.30	Рисование 9.15-9.35 Физическая культура на воздухе 16.00-16.20

Разновозрастная группа «Радуга»	2 подгруппа-старшая (25 мин)	<p>Ознакомление с окружающим миром 9.15-9.40 Музыка 9.50-10.15</p> <p>Патриоты нашего села 16.00-16.25</p>	<p>Развитие речи 9.15-9.40 Физическая культура в помещении 16.00-16.25</p>	<p>ФЭМП 9.15-9.40 Музыка 9.50-10.15</p> <p>Рисование 16.00-16.25</p>	<p>Развитие речи 9.15-9.40 Физическая культура в помещении 09.50-10.15 Лепка/ Аппликация 10.25-10.50</p>	<p>Рисование 9.15-9.40 Ознакомление с окружающим миром 9.35-10.00 Физическая культура на воздухе 16.00-16.25</p>
	1 подгруппа-старшая (25 мин)	<p>Музыка 9.00-9.25</p> <p>Ознакомление с окружающим миром 9.40-10.05</p>	<p>Развитие речи 9.00-9.25</p> <p>Физическая культура в помещении 10.20-10.45</p> <p>Патриоты нашего села 15.15-15.40</p>	<p>ФЭМП 9.00-9.25 Рисование 9.35-10.00 Музыка 10.25-10.50</p>	<p>Развитие речи 9.00-9.25 Лепка/ Аппликация 09.40-10.05 Физическая культура в помещении 10.20-10.45</p>	<p>Рисование 9.00-9.25 Ознакомление с окружающим миром 9.40-10.05 Физическая культура на воздухе 10.35-11.00</p>
	2 подгруппа-подготовительная (30 мин)	<p>Музыка 9.00-09.30</p> <p>Ознакомление с окружающим миром 9.40-10.10</p>	<p>Развитие речи 9.00-9.30 ФЭМП 9.40-10.10 Физическая культура в помещении 10.20-10.50</p> <p>Патриоты нашего села 15.15-15.45</p>	<p>ФЭМП 9.00-9.30 Рисование 9.40-10.10 Музыка 10.25-10.55</p>	<p>Развитие речи 9.00-9.30 Лепка/ Аппликация 9.40-10.10 Физическая культура в помещении 10.20-10.50</p>	<p>Рисование 9.00-9.30 Ознакомление с окружающим миром 9.40-10.10 Физическая культура на воздухе 10.35-11.05</p>

Объем обязательной части программы, и части, формируемой участниками образовательных отношений для групп раннего и дошкольного возраста

Объем обязательной части программы, и части, формируемой участниками образовательных отношений для групп раннего возраста

Общий объем времени 10 ч 30 мин=630 мин		
Время, в которое программа не реализуется	Время, в которое программа реализуется	
	Обязательная часть программы	Часть, форм. УОО
Дневной сон 3ч = 180 мин	95% = 427 мин	5% = 23 мин
ИТОГО	630 мин-180 мин = 450 мин	

Объем обязательной части программы, и части, формируемой участниками образовательных отношений для групп дошкольного возраста

Общий объем времени 10 ч 30 мин=630 мин		
Время, в которое программа не реализуется	Время, в которое программа реализуется	
	Обязательная часть программы	Часть, форм. УОО
Дневной сон 2ч 10 мин = 130 мин	85% = 425 мин	15% = 75 мин
ИТОГО	630 мин-130 мин = 500 мин	

Организация двигательной активности детей Недельная нагрузка

Виды двигательной активности	Группа «Солнышко» (1,5-3)	Группа «Ягодки» (4-5, 5-6)		Группа «Радуга» (5-6, 6-7)	
Утренняя гимнастика	3 мх5 15 мин.	7мх5 35 мин.	10мх5 50 мин.	10мх5 50 мин.	10мх5 50 мин.
Гимнастика во время занятий	Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее 2 мин				
Занятия физической культурой	3мх3 30 мин.	3мх3 60 мин.	3мх3 75 мин.	3мх3 75 мин.	3мх3 90 мин.
Физкультминутки ежедневно	3мх5 15 мин.	5мх5 25 мин.	5мх5 30 мин.	5мх5 30 мин.	5мх5 35 мин.
Музыкально-ритмические движения	7 м х2 14 мин.	7 м х2 14 мин.	9 м х2 18 мин.	9 м х2 18 мин.	10 м х2 20 мин.
Дыхательная гимнастика	3 м х5 15 мин.	5 м х5 25 мин.	5 м х5 25 мин.	5 м х5 25 мин.	5 м х5 25 мин.
Корректирующая гимнастика после сна	3 м х5 15 мин.	3 м х5 15 мин.	3 м х5 15 мин.	3 м х5 15 мин.	3 м х5 15 мин.
Подвижные игры на 1 прогулке	10м х5 50 мин.	18м х5 90 мин.	22м х5 110 мин.	22м х5 110 мин.	24м х5 120 мин.
Подвижные игры на 2 прогулке	9 м х5 45 мин.	11 м х5 55 мин.	12 м х5 60 мин.	12 м х5 60 мин.	14 м х5 70 мин.
Оздоровительный бег, ходьба	3 м х2 6 мин.	5 м х2 10 мин.	10 м х2 20 мин.	10 м х2 20 мин.	10 м х2 20 мин.
Спортивные развлечения	10 мин.	20 мин.	25 мин.	25 мин.	30 мин.
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно под руководством воспитателя. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей				
Физкультурный досуг	2 раза в месяц				
Количество часов в неделю	3ч. 20м.	6 ч.	7ч. 8м.	7ч.8м.	8 ч.

