

## 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 на теплый и холодный периоды года для возрастных групп.
5. Объем недельной двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста.

**Пояснительная записка**  
**к учебному плану детского сада ОАНО РЛЦ «Диалог культур»**  
**по реализации основной образовательной программе**  
**дошкольного образования**

Учебный план для воспитанников детского сада общеобразовательной автономной некоммерческой организации регионального лингвистического центра «Диалог культур» (далее Учебный план) является нормативным правовым актом по введению Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), устанавливающим объем учебного времени, отводимого на проведение занятий.

Целью учебного плана в части реализации основной образовательной программы дошкольного образования детского сада является обеспечение выполнения требований федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Для достижения поставленной цели при разработке и реализации учебного плана центра предусматривается решение следующих основных задач:

- развитие личности ребенка;
- сохранение и укрепление здоровья детей;
- воспитание у дошкольников таких качеств, как патриотизм, активная жизненная позиция, творческий подход в решении различных жизненных ситуаций, уважение к традиционным ценностям.

**1.1 Нормативные основания составления учебного плана образовательной деятельности**

Учебный план для воспитанников детского сада общеобразовательной автономной некоммерческой организации регионального лингвистического центра «Диалог культур» разработан в соответствии с:

- 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»;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях» (Постановление от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»);
- Письмом Минобразования России от 14.03.2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Письмом Минобразования России от 02.06.1998 г. № 89/34-16 «О реализации права дошкольных образовательных учреждений на выбор программ и педагогических технологий»;
- Уставом ОАНО РЛЦ «Диалог культур»;
- Основной образовательной программой дошкольного образования ОАНО РЛЦ «Диалог культур».

## **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 ДООУ в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования. Программа базируется на положениях Проекта примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой, рекомендованной Министерством образования РФ, и направлена на решение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Приоритет Программы — воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его.

Программа направлена:

- на создание условий развития детей, открывающих возможности для их позитивной социализации, их личностного развития, развития инициативы и

творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Программа построена на позициях гуманно – личностного отношения к ребёнку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

Основная образовательная программа ДООУ реализуется в сочетании с парциальными программами:

- «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Р.Б. Стеркиной, О.Л. Князевой, Н.Н.Авдеевой;

- «Юный эколог» С.Н. Николаевой;

- «Математические ступеньки» Е.В. Колесниковой;

- «Ладушки» И.М. Каплуновой, И.А. Новоскольцевой.

Коррекционное направление

- Вариативная примерная адаптированная программа для детей с тяжёлым нарушением речи (ОНР) с 3 до 7 лет Н.В. Нищевой.

Содержание программ, реализуемых в ДООУ, обеспечивает достаточно высокий уровень базового дошкольного образования.

Выбор программ осуществлялся на педагогическом совете ДООУ с учетом вида учреждения, приоритетных направлений развития детей, методического и материально-технического обеспечения программы, особенностей и возможностей воспитанников.

Наряду с базовым дошкольным образованием педагоги осуществляют дополнительное образование по интересам детей с учётом возможностей ДООУ и желаний родителей.

Сбалансированность всех компонентов, обеспечивающих образовательный процесс, способствует формированию системного подхода в работе всех подразделений ДООУ.

В структуре учебного плана выделяются инвариантная (обязательная) и вариативная (модульная) часть. Инвариантная часть обеспечивает выполнение

обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Вариативная часть формируется с учетом видовой принадлежности учреждения, наличия приоритетных направлений его деятельности. Инвариантная часть реализуется через организованную образовательную деятельность, вариативная - через индивидуальные и подгрупповые виды деятельности.

В учебном плане устанавливается соотношение между инвариантной (обязательной) частью и вариативной (модульной) частью, формируемой дошкольным образовательным учреждением:

- инвариантная (обязательная) часть - не менее 60 % от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования.

- вариативная (модульная) часть - не более 40 % от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования. Эта часть Учебного плана, формируемая дошкольным образовательным учреждением, обеспечивает вариативность образования, отражает специфику дошкольного образовательного учреждения, 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.

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.

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

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

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;

- время проведения занятий познавательного цикла рассчитывается для каждого возраста отдельно.

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 ДОУ, 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 занятия 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 фонетико – фонематическими нарушениями речи образовательная деятельность проводится как со всей группой детей, так и с небольшими подгруппами или индивидуально по плану и вне учебного плана.

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. Детский сад функционирует в режиме пятидневной рабочей недели. В летний период занятия не проводятся, увеличивается продолжительность прогулок.

**Часть, формируемая участниками образовательного процесса** учебного плана представлена через ранее изучение английского языка по программе «Super safari», развитие звуковой культуры речи по программе «Умный язычок», познавательное развитие «Занимательная математика». Содержание вариативной части учебного плана не превышает допустимую нагрузку.



### 1.3. Структура учебного плана организованной образовательной деятельности

Учебный план разработан с учетом календарного графика работы ОАНО РЛЦ «Диалог культур».

<b>График работы ДОУ</b>	<i>с 8.00 до 19.00ч.</i>
<b>Рабочие дни</b>	<i>понедельник, вторник, среда, четверг, пятница</i>
<b>Выходные дни</b>	<i>суббота, воскресенье</i>
<b>Продолжительность учебного года</b>	<i>с 01.09.2020 г. по 31.05.2021 г., 36 недель</i>
<b>Выходные праздничные дни</b>	<i>1-10 января - 23 февраля - 6-8 марта - 1-3, 8-11 мая - 12-14 июня - 4 ноября</i>
<b>Зимние каникулы</b>	<i>с 1 января по 10 января</i>
<b>Летняя оздоровительная работа</b>	<i>с 1 июня по 31 августа</i>

В летний период организуются ООД по физической культуре и музыкальному развитию; подвижные и спортивные игры, праздники, экскурсии и т.д.; увеличивается продолжительность прогулок.

#### **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;
- образовательную деятельность художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направления;
- организованную образовательную деятельность (*организованное обучение в форме игровой деятельности*);
- наблюдения, опыты, эксперименты на прогулке;

2) *вечерний блок* включает в себя:

- совместную деятельность воспитателя с ребенком;
- свободную самостоятельную деятельность воспитанников;

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 ОАНО РЛЦ «Диалог культур» на 2020 – 2021 учебный год.**

### **Образовательная нагрузка по возрастным группам.**

Учебный план ОАНО РЛЦ «Диалог культур» рассчитан на 4 возрастные группы общеразвивающей направленности для воспитанников от 3 до 7 лет.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет: для детей младшего возраста с 3 до 4 лет – не более 15 минут, среднего с 4 до 5 лет – не более 20 минут, старшего с 5 до 6 лет – не более 25 минут, для детей подготовительного к школе возраста с 6 до 7 лет – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей группе не превышает 30 минут, в средней – 40 минут, в старшей – 50 минут, в подготовительной – 90 минут.

В младшей группе объем образовательной нагрузки в неделю составляет 10 занятий, что составляет 150 минут в неделю (2ч 30 мин). Согласно нормам СанПин предельная образовательная нагрузка в неделю в младшей группе составляет 150 минут.

В средней группе объем образовательной нагрузки в неделю составляет 10 занятий, что составляет 200 минут в неделю (3ч 20 мин). Согласно нормам СанПин предельная образовательная нагрузка в неделю в средней группе составляет 200 минут.

В старшей группе объем образовательной нагрузки в неделю составляет 14 занятий, что составляет 350 минут в неделю (5ч 50 мин). Согласно нормам СанПин предельная образовательная нагрузка в неделю в средней группе составляет 350 минут. В обязательной части учебного плана 12 занятий. В часть формируемую участниками образовательных отношений входит 2 урока английского языка по 25 мин в неделю.

В подготовительной группе объем образовательной нагрузки в неделю составляет 17 занятий, что составляет 510 минут в неделю (8ч 30 мин). Согласно нормам СанПин предельная образовательная нагрузка в неделю в подготовительной группе

составляет 600 минут. В обязательной части учебного плана 13 занятий. В часть формируемую участниками образовательных отношений входит 2 урока английского языка, 1 урок звуковой культуры речи, 1 урок занимательной математики.

В младших и средних группах НОД проводится в первую половину дня; во вторую половину дня НОД проводится со старшего дошкольного возраста. Перерывы между периодами НОД составляют не менее 10 мин. НОД по физическому развитию организуется 3 раза в неделю, 1 занятие круглогодично организовано на открытом воздухе.

Обязательная часть													
Образовательная область	Занятия	Младшая группа 3-4 года			Средняя группа 4-5 лет			Старшая группа 5-6 лет			Подготовительная группа 6-7 лет		
		неделя	месяц	год	неделя	месяц	год	неделя	месяц	год	неделя	месяц	год
Познавательное развитие	Ознакомление с окружающим миром	1	4	36	1	4	36	1	4	36	1	4	36
	Формирование элементарных математических представлений	1	4	36	1	4	36	1	4	36	2	8	72
Речевое развитие	Развитие речи	1	4	36	1	4	36	2	8	72	2	8	72
Художественно-эстетическое развитие	Рисование	0,5	2	36	0,5	2	36	1	4	36	1	4	36
	Конструктивно-модельная деятельность	0,5	2	36	0,5	2	36	1	4	36	1	4	36
	Лепка	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
	Аппликация	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
	Музыка	2	8	72	2	8	72	2	8	72	2	8	72
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	2	8	72	2	8	72	2	8	72	2	8	72
	Физическая культура на	1	4	36	1	4	36	1	4	36	1	4	36

	воздухе												
Социально-коммуникативное развитие	Социализация, игра, труд	Психолого-педагогическая работа по данному направлению решается в совместной деятельности педагогов и воспитанников в режиме дня, а также интегрируется во все виды деятельности											
<b>Объем нагрузки:</b>		10	40	360	10	40	360	12	48	432	13	52	468
<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>													
Речевое развитие	«Super safari» (ранее изучение английского языка)							2	8	72	2	8	72
	Звуковая культура речи										1	4	36
Познавательное развитие	Занимательная математика										1	4	36
<b>Объем нагрузки:</b>								2	8	72	4	16	144
<b>ВСЕГО:</b>		<b>10</b>	40	360	<b>10</b>	40	360	<b>14</b>	56	504	<b>17</b>	68	612
<i>Итого (длительность в минутах в неделю)</i>		150			200			350			510		
<i>СанПин</i>		150 (2 ч 30 мин)			200 (3 ч 20 мин)			350 (5 ч 50 мин)			600 (10 ч)		

### Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности

Вид деятельности	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Познавательно-исследовательская деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Конструктивно-модельная деятельность	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Игровая деятельность (обогащенная игра)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Развивающее общение при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Приобщение к доступной трудовой деятельности	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Развивающее общение на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
---------------------------------	-----------	-----------	-----------	-----------

### Самостоятельная деятельность детей

Вид деятельности	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Самостоятельная игра в группе	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная игра на участке детского сада	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

### Оздоровительная работа

Вид деятельности	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

**3. Расписание организованной образовательной деятельности  
ОАНО РЛЦ «Диалог культур» МБДОУ на 2020-2021 учебный год**

Дни недели	Время	Образовательная деятельность	Время	Образовательная деятельность
	Вторая младшая группа		Средняя группа	
Понедельник	9:30 - 9:45/50	Ознакомление с окружающим миром		
	10:25 - 10:40/45	Физкультура		
Вторник	9:30 - 9:45	Математика	9.55 - 10.15	Математика
	10.25-10.50/55	Физкультура на улице		
Среда	9:30 - 9:45/50	Музыка		
	10.00 – 10.15	Лепка/Аппликация	10.25 – 10.45	Лепка/Аппликация
Четверг	9:15- 9:35	Развитие речи (логопед)	9:40- 9:55	Развитие речи (логопед)
	10:25 - 10:40/45	Физкультура		
Пятница	9:15-9:30/35	Музыка		
	10:00-10:15	Рисование/Конструирование	10:25-10:45	Рисование/Конструирование

## РАСПИСАНИЕ СТАРШЕЙ / ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУПП

Дни недели	Время	Образовательная деятельность	Время	Образовательная деятельность
	Старшая группа		Подготовительная группа	
Понедельник	9:15- 9:45/50	Рисование		
	10:00 - 10:25	Развитие речи(инд.логопед)	10:00 - 10:30	Математика
	10.40 – 11.05	Математика	10.40 – 11.10	Развитие речи(инд.логопед)
	11:20-11.45/55	Физкультура (на улице)		
	15.40 - 16.10	Английский язык	16.20-16.30	Английский язык
Вторник	9:15-9:40/45	Лепка/Аппликация		
	9.55-10.20/25	Ознакомление с окр.миром		
	10:20-10:45/50	Развитие речи (воспитатель)		
Среда	9:15 - 9:40/45	Физкультура		
	10:00-10:25/30	Музыка		
			10.40 – 11.10	Подготовка к школе (Звуковая культура речи)
	15.40 - 16.10	Английский язык	16.20-16.30	Английский язык
Четверг	9:15 - 9:40/45	Конструирование		
	9:55 - 10:20	Развитие речи (логопед)	9:55 - 10:25	Математика



			10.35 – 11.05	Развитие речи (логопед)
Пятница	9:15-9:40/45	Физкультура		
	9.50-10.15/20	Музыка		
			10:30-11.00	Подготовка к школе (Занимательная математика)

#### 4. Режим дня на теплый и холодный периоды года для возрастных групп

##### Теплый период года

Время	Режимные моменты	Содержание
08:00-09:00	«Здравствуйте!»	Приём детей
	Минутки игры	Игровая деятельность, зарядка
09:00-09:30	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Завтрак. Обучение культуре еды.
09:30-10:30	Минутки познания	Организованная образовательная деятельность
10:30-12:00	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
	Прогулка	Двигательная деятельность
12:00-12:20	Возвращение с прогулки	Раздевание, совместная деятельность
12:20-12:50	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Обед. Обучение культуре еды
12:50-15:00	Подготовка ко сну	Культурно-гигиенические навыки. Навыки самообслуживания
	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Сон с исполнением музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы
15:00-15:30	Минутки бодрости	Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры
15:30-16:00	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Полдник. Обучение культуре еды
16:00-16:15	Воспитатель-ребёнок	Индивидуальная работа воспитателя с детьми
	Минутки познания	Организованная образовательная деятельность

<b>16:15-17:20</b>	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
	Прогулка	Двигательная деятельность
<b>17:30-18:00</b>	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к ужину, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Ужин. Обучение культуре еды
<b>18:00-19:00</b>	Минутки игры	Игровая деятельность
<b>19:00</b>	«До свидания!»	Уход домой, работа с родителями

### Холодный период года

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>Содержание</b>
<b>08:00-08:30</b>	«Здравствуйте!»	Приём детей
	Минутки игры	Игровая деятельность
<b>8:30-8:45</b>	Минутки бодрости	Утренняя зарядка
<b>08:45-09:15</b>	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Завтрак. Обучение культуре еды.
<b>09:15-10:50</b>	Минутки познания	Организованная образовательная деятельность
<b>10:50-11:00</b>	«Приятного аппетита!»	Второй завтрак
<b>11:00-12:00</b>	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
	Прогулка	Двигательная деятельность
<b>12:00-12:20</b>	Возвращение с прогулки	Раздевание, совместная деятельность
<b>12:20-12:50</b>	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Обед. Обучение культуре еды
<b>12:50-15:00</b>	Подготовка ко сну	Культурно-гигиенические навыки. Навыки самообслуживания
	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Сон с исполнением музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы
<b>15:00-15:20</b>	Минутки бодрости	Гимнастика после сна. Закаливающие процедуры
<b>15:20-15:40</b>	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Полдник. Обучение культуре еды
<b>15:40-16:15</b>	Минутки игры	Игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая работа. Чтение художественной литературы
<b>16:15-17:30</b>	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания

	Прогулка	Двигательная деятельность
<b>17:30-17:50</b>	Возвращение с прогулки	Раздевание, совместная деятельность
<b>17:50-18:30</b>	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к ужину, воспитание культурно-гигиенических навыков
	«Приятного аппетита!»	Ужин. Обучение культуре еды
<b>18:30-19:00</b>	Минутки игры	Игровая деятельность
<b>19:00</b>	«До свидания!»	Уход домой, работа с родителями

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

№	Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>1</b>	<b>Подвижные игры во время утреннего приема</b>	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
		25 мин.	40 мин.	50 мин.	1 час
<b>2</b>	<b>Утренняя гимнастика</b>	Ежедневно 3-5мин	Ежедневно 6-8мин	Ежедневно 8-10мин	Ежедневно 10-12мин
		25 мин.	40 мин.	50 мин.	1 час
<b>3</b>	<b>Физкультминутки в процессе НОД статического характера</b>	2-3мин.	2-3мин.	2-3мин.	2-3мин.
		15 мин.	15 мин.	15 мин.	15 мин.
<b>4</b>	<b>Музыкально-ритмические движения</b>	на музыкальных занятиях 6-8 мин	на музыкальных занятиях 8-10 мин	на музыкальных занятиях 10-12 мин	на музыкальных занятиях 12-15 мин
		16 мин.	20 мин.	24 мин.	30 мин.
<b>5</b>	<b>Физкультурные занятия (2 в зале, 1 на улице)</b>	2 раза в неделю 15мин	3 раза в неделю 20мин	3 раза в неделю 25мин	3 раза в неделю 30мин
		30 мин.	1 час	1 час 15 мин.	1 час 30 мин.
<b>6</b>	<b>Подвижные игры: -сюжетные -бессюжетные -игры-забавы -соревнования</b>	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин (во время дневной и вечерней прогулки)	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин (во время дневной и вечерней прогулки)	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин (во время дневной и вечерней прогулки)	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин (во время дневной и вечерней прогулки)

	<b>-эстафеты -аттракционы</b>	2 часа 20 мин.	2 часа 40 мин.	3 часа 20 мин.	4 часа
<b>7</b>	<b>Игровые упражнения: -зоркий глаз -ловкие прыгуны -подлезание -пролезание -перелезание</b>	Ежедневно по подгруппам 4-6мин	Ежедневно по подгруппам 6-8мин	Ежедневно по подгруппам 6-8мин	Ежедневно по подгруппам 8-10мин
		30 мин.	40 мин.	40 мин.	50 мин.
<b>8</b>	<b>Оздоровительные мероприятия: -гимнастика пробуждения -дыхательная гимнастика -игровой массаж</b>	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 7 мин	Ежедневно 8 мин
		25 мин.	30 мин.	35 мин.	40 мин.
<b>9</b>	<b>Физические упражнения и игровые задания: -игры с элементами логоритмики -артикуляционная гимнастика -пальчиковая гимнастика</b>	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5мин	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8мин	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10мин	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-12 мин
		25 мин.	40 мин.	50 мин.	1 час
<b>10</b>	<b>Всего в неделю</b>	<b>5 часов 30 мин.</b>	<b>7 часов 25 мин.</b>	<b>9 часов</b>	<b>10 часов 45 мин.</b>
<b>11</b>	<b>Спортивный праздник/развлечение</b>	4 раза в год по 20 мин	4 раза в год по 45 мин	4 раза в год по 50 мин	4 раза в год до 1 час
<b>12</b>	<b>Физкультурный досуг</b>	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25-30 мин	1 раз в месяц 40 мин
<b>13</b>	<b>Спортивные игры.</b>	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
<b>14</b>	<b>Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня</b>	Ежедневно. Характер и продолжительность занятий зависят от индивидуальных			

		данных и потребностей детей.			
--	--	---------------------------------	--	--	--