

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД  
«МАЛЫШ» СЕЛА УГЛОВОЕ БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

298435, с. Угловое, ул. Комарова, д. 66, Бахчисарайский район, Республика Крым  
тел. (06554) 51-745.

**«ПРИНЯТО»**  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от « 31 » августа 2020г.



**«УТВЕРЖДЕНО»**

Заведующий ДОУ

С.Ю. Тимошенкова

Приказ № 107-08 от «31» августа 2020г.

**Учебный план  
на 2020 - 2021 учебный год**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **1. Пояснительная записка**

- 1.1. Нормативные основания составления учебного плана непосредственно организованной образовательной деятельности
- 1.2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана непосредственно организованной образовательной деятельности

### **2. Режим работы ДОУ**

### **3. Структура образовательного года**

### **4. Продолжительность непосредственно организованной образовательной деятельности**

### **5. Работа ДОУ в летний период**

### **6. Количество занятий в неделю по возрастным группам**

### **7. Учебный план непосредственно образовательной деятельности**

### **8. Расписание непосредственно образовательной деятельности**

### **9. Режим дня для разных возрастных групп**

### **10. Объем недельной двигательной активности обучающихся в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста**

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Нормативные основания составления учебного плана**

Учебный план ДОУ является нормативным актом, регламентирующим организацию образовательных отношений, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени, отводимого на проведение организованной образовательной деятельности

Учебный план разработан в соответствии с:

- Законом Российской Федерации «Об образовании» (пункт 1 статьи 9, статья 12; пункт 4 статьи 13; пункты 1, 2, 4, 5, 6, 8 статьи 14; пункты 1, 2, 6, 7 статьи 15; пункт 3 статьи 18; пункты 2, 3 статьи 32, пункты 1,5, 7 статьи 51);
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Методическими рекомендациями КРИППО «Организация деятельности дошкольных образовательных организаций в условиях введения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в 2020-2021 учебном году»

### **1.2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана непосредственно организованной образовательной деятельности.**

Основными задачами учебного плана организованной образовательной деятельности являются:

1. Регулирование объема образовательной нагрузки.

2. Реализация Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Учебный план составлен на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, а также региональной программы «Крымский венок», авторы: Л.Г. Мухоморина и др. Выбор программ осуществлялся на педагогическом совете ДОУ с учетом типа и вида учреждения, приоритетных направлений развития детей в ДОУ, методического и материально-технического обеспечения программ, особенностей и возможностей детей.

Данное сочетание программ позволяет обеспечить целостность образовательных отношений и полноценное развитие детей по всем направлениям: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно-эстетическому.

### **1.3. Структура учебного плана непосредственно организованной образовательной деятельности.**

Учебный план составлен для семи возрастных групп: 2 группы 2го раннего возраста, 3 группы младшего дошкольного возраста, 2 группы среднего дошкольного возраста, 3 группы старшего дошкольного возраста, 2 группы подготовительных к школе.

## **2. РЕЖИМ РАБОТЫ ДОУ**

ДОУ работает по пятидневной рабочей неделе. Выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни.

Ежедневный график работы ДОУ: с 7.00ч. до 17.50ч.

Ежедневный график работы групп: с 7.00ч. до 17.50ч.

### **3. СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ГОДА**

**Продолжительность учебной недели:** 5 дней (понедельник – пятница)

**Продолжительность учебного года:** 38 недель

**Летний оздоровительный период:** с 01.06.2021 г. по 31.08.2021 г.

**Режим работы ДООУ в учебном году:** с 7.00 до 17.50

**Режим работы ДООУ в летний оздоровительный период:** с 7.00 до 17.50

**График каникул:** зимние каникулы - первая половина января.

**Мониторинг качества освоения программного материала воспитанниками:**

- с 01.09.2020г. по 13.09.2020 г.

- 15.05.2021г. по 30.05.2021 г.

**Выпуск детей в школу:** 31.05.2021 г.

**Периодичность проведения родительских собраний:**

1 собрание – сентябрь-октябрь,

2 собрание – январь-февраль,

3 собрание – апрель – май

**Праздничные (выходные) дни в соответствии с производственным календарем на 2020 – 2021 учебный год:**

**4 ноября** - День народного единства;

**31.12.2020 г. – 10.01.2021 г.** – новогодние каникулы;

**23 февраля** – День защитника Отечества;

**8 марта** – Международный женский день;

**1-3 мая** – Праздник весны и труда;

**9 мая** – День Победы;

**12 июня** – День России.

#### **4. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:**

- в 2й группе раннего возраста (2 – 3 лет) – не более 10 мин;
- в младшей группе (3 – 4 лет) – не более 15 мин;
- в средней группе (4 - 5 лет) – не более 20 мин;
- в старшей группе (5-6 лет) – не более 25 мин;
- в подготовительной группе (6-7 лет) – не более 30 мин.

Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня в группе раннего возраста – 20 минут, в младшей группе – 30 минут, в средней группе - 40 минут, в старшей группе – 45 минут, в подготовительной группе – 60 мин.

В середине непосредственно образовательной деятельности проводится физкультпауза или физкультминутка (2 мин). Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности – 10 минут.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня. Для профилактики утомления детей она сочетается с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей.

#### **5. РАБОТА ДОУ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

В летний период образовательная деятельность не проводится. Согласно плана летне-оздоровительной работы проводятся ежедневное чтение художественной литературы, спортивные и подвижные игры, спортивные и музыкальные праздники и развлечения, экскурсии. Организуется максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

## 6. КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

НОД	2я группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
Ознакомление с окружающим/ Ознакомление с природой	1	1	1	1	1
Подготовка к обучению грамоте	-	-	-	1	1
Развитие речи. Художественная литература.	2	1	1	2	2
ФЭМП	-	1	1	1	2
Рисование	1	1	1	1	1
конструирование	0,5	1	1	1	1
Аппликация/ Лепка	0(0,5)	0.5(0,5)	0,5(0,5)	0,5(0,5)	0,5(0,5)
Музыкальное	2	2	2	2	2
Физкультурное	3	3	3	3	3
Всего	9	11	11	13	14

## 7. УЧЕБНЫЙ ПЛАН НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа «От рождения до школы»	2я группа раннего возраста		младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий в год
<b>Длительность занятий</b>	10 мин		15 мин		20 мин		25 мин		30 мин	
<b>Направления</b>										
<b>Физическое развитие</b>	3	93	3	93	3	93	3	93	3	93
<b>Познание</b>										
ФЭМП (сенсорика)	-		1	31	1	31	1	31	2	62
Конструирование	0,5	15	1	31	1	31	1	31	1	31
Ознакомление с окружающим, природой (экспериментирование)	1	31	1	31	1	31	1	31	1	31
<b>Коммуникация</b> (худ. лит-ра, развитие речи, грамота)	2	62	1	31	1	31	2	62	2	62
<b>Худ. творчество</b>										
Рисование	1	31	1	31	1	31	2	62	2	62
Лепка	0,5	15	0,5	15	0,5	15	0,5	15	0,5	15
Аппликация			0,5	15	0,5	15	0,5	15	0,5	15
<b>Музыка</b>	2	62	2	62	2	62	2	62	2	62
<b>Всего</b>	10		11		11		13		14	

**Вариативная сетка организованной образовательной деятельности**  
**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «ДС «Малыш»**  
**на 2020/2021 учебный год**

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2я гр. ран. возраста « Колокольчик»	1. Музыка (9.00-9.10)  2 Ознакомление с окружающим.	1. Физическая культура <i>(под музыку</i> (9.00-9.10)  2. Художественная литература	1. Музыка (9.00-9.10)  2.Рисование.	1.Развитие речи  2. Физическая  Культура9.00-9.10	1. Физическая культура(на ул)  2. Лепка /Конструирование  Физкультурно- музыкальное развлечение.



<p>2я гр. ран. возраста “Капитошка”</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим.  2 Физическая Культура 9.20-9.30</p>	<p>1 Музыка <i>(9.00-9.10)</i>  2. Художественная литература</p>	<p>1. Рисование.  2. Физическая культура <i>(под музыку 9.15-9.25)</i></p>	<p>1.Музыка <i>(9.00-9.10)</i>  2. Развитие речи</p>	<p>1.Лепка /Конструирование  2 Физическая Культура(на ул.)  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p>Младшая груп. Акварелька</p>	<p>1.Музыка <i>(9.15-9.30)</i>  2.Ознакомление с окружающим</p>	<p>1.Развитие речи  2. Рисование.</p>	<p>1 Музыка <i>(9.15-9.30)</i>  2 ФЭМП</p>	<p>1. Аппликация/Лепка.  2.Физическая Культура <i>(спорт. Зал 9.30-9.45)</i></p>	<p>1. Физическая культура <i>(под музыку 9.00-9.15)</i>  2. Конструирование  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p>Младшая груп. “Ягодка”</p>	<p>1.) . Музыка <i>(9.15-9.30)</i>  2.Ознакомление с окружающим</p>	<p>1.Физическая культура <i>(под музыку 09.15-9.30)</i>  2. Аппликация/Лепка</p>	<p>1. Музыка <i>(9.15-9.30)</i>  2. Конструирование</p>	<p>1. ФЭМП  2 Физическая культура<i>(спорт. Зал9.50-10.05)</i></p>	<p>1. Развитие речи  2. Рисование  3.Физкультура <i>на улице</i>  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>

<p>Младшая груп. “Пчелка”</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим 2. Физическая культура <i>(под музыку 9.30-9.45)</i></p>	<p>1. Музыка <i>(9.15-9.30)</i> 2. Рисование</p>	<p>1 ФЭМП 2. Физическая культура <i>(спорт. зал 9.30-9.45)</i></p>	<p>1. Музыка <i>(9.15-9.30)</i> 2 конструирование</p>	<p>1. Развитие речи 2. . Аппликация/Лепка 3. Физкультура <i>на улице</i> Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p>средняя “ Совушка”</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим 2. Физкультура <i>на улице</i></p>	<p>1. Развитие речи 2. . Музыка <i>(9.40-10.00)</i></p>	<p>1. ФЭМП 2 Конструирование 3 Физкультура <i>(спорт.зал 9.55-10.15)</i></p>	<p>1. Рисование 2. музыка <i>(9.40-10.00)</i></p>	<p>1. Аппликация/Лепка 2. Физическая культура <i>(под музыку 9.25-9.45)</i> Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>

<p style="text-align: center;"><b>Средняя</b> «Вишенка»</p>	<p>1.Ознакомление с окружающим 2. Музыка (10.05-10.25)</p>	<p>1.ФЭМП 2 Физическая культура(10.15-10.35 )</p>	<p>1. Конструирование 2. Музыка (10.05-10.25)</p>	<p>1. Физкультура (под муз. 9.00-9.20) 2 Рисование</p>	<p>1. Развитие речи 2 аппликация/Лепка 3. Физкультура <i>на улице</i>  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Старшая</b> «Звездочка»</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим) 2. Рисование 3.Физическая культура (спорт. Зал 15.20-15.45)</p>	<p>1.Развитие речи (подготовка к обучению грамоте). 2.Музыка (10.10-10.35)</p>	<p>1.ФЭМП 2. Конструирование 3 Физкультура <i>на улице</i></p>	<p>1.Развитие речи 2.Рисование 3.Музыка (10.10-10.35)</p>	<p>1. Аппликация/Лепка 2. Физическая культура. (под музыку 9.55-10.25)  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Старшая</b> «Ромашка»</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим 2.Физическая культура(под музыку 10.05-10.30)</p>	<p>1. Развитие речи 2. Рисование 3. Музыка (10.45-11.10)</p>	<p>1.ФЭМП 2. Конструирование 3. Физическая культура (спорт. зал 10.25-10.50)</p>	<p>1. Развитие речи (подготовка к обучению грамоте). 2. Аппликация/Лепка 3. Музыка (10.45-11.10)</p>	<p>1 Рисование 2.Физкультура (на воздухе).  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>

<p style="text-align: center;">Старшая «Светлячок»</p>	<p>1. Ознак.с окруж. 2.Рисование 3. Музыка <i>(10.35.-11.00)</i></p>	<p>1.Развитие речи <i>(подготовка к обучению грамоте)</i> 2.Физическая культура <i>(на воздухе).</i></p>	<p>1.ФЭМП 2.Конструирование 3. Музыка <i>(10.35—11.00)</i></p>	<p>1.Развитие речи 2 Физкультура <i>(спорт. зал 10.15-10.40)</i></p>	<p>1. Аппликация /Лепка 2.Физическая культура <i>(под музыку 10.30-10.55)</i>  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>
<p style="text-align: center;">Подготовительная «Солнышко»</p>	<p>1. Ознакомление с окружающим 2. Рисование 3 Музыка <i>(15.20-15.50)</i></p>	<p>1. ФЭМП 2. Физическая культура <i>(под муз 9.40-10.10)</i> 3. Конструирование</p>	<p>1.Развитие речи <i>(подготовка к обучению грамоте)</i> 2.Рисование 3 Музыка <i>(15.20-15.50)</i></p>	<p>1.ФЭМП 2. Аппликация/Лепка 3.Физическая культура <i>(спорт.зал10.50-11.20)</i></p>	<p>1.Развитие речи <i>(художественная литература)</i> 2. Физкультура <i>(на воздухе)</i>  Физкультурно-музыкальное развлечение.</p>

Подготовительная «Радуга»	1. Ознакомление с окружающим	1 Развитие речи <i>(подготовка к обучению грамоте).</i>	1.ФЭМП	1. Развитие речи <i>(художественная литература)</i>	1. ФЭМП
	2.Рисование	2Рисование	2. конструирование	2. Аппликация/Лепка	2.Физкультура <i>(на воздухе)</i>
	3. Музыка <i>(15.20-15.50)</i>	3.Физическая культура <i>(спорт. зал 10.50-11.20)</i>	3. Музыка <i>(15.20-15.50)</i>	3.Физическая культура <i>(под муз.11.00.-11.30)</i>	Физкультурно-музыкальное развлечение.

## 9.РЕЖИМ ДНЯ ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

### Режим пребывания детей в ДОУ вторая группа раннего возраста

Вид деятельности	Часы проведения
Прием, осмотр детей	7.00 – 8.00
«Вхождение в день», утренняя гимнастика	8.00 – 8.04
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.05 – 8.30
Самостоятельная игровая деятельность	8.30 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность (по подгруппам) (с перерывом 10 мин)	9.00 – 9.00 9.10 – 9.20
Совместная игровая деятельность	9.20 – 9.30
Второй завтрак	9.40 - 9.50

Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	9.50 – 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.20-11.30
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.30-12.00
Подготовка ко сну, сон (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.00-15.00
Подъем, гимнастика после сна, оздоровительные мероприятия	15.00-15.15
Совместная деятельность (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.30-15.50
Непосредственная образовательная деятельность (по подгруппам)	15.50-16.00
	16.10-16.20
Самостоятельная деятельность (по подгруппам)	16.20-16.30
	16.30-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.40- 17.15
Уход детей домой	17.15 – 17.50

**Режим пребывания детей в ДОУ младшая группа**

<b>Вид деятельности</b>	<b>Часы проведения</b>
Прием, осмотр детей	7.00 – 8.05
Утренняя гимнастика	8.05 - 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.10 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность (с перерывом 10 мин)	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40
Самостоятельная деятельность	9.40 - 9.50
Второй завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.00 - 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельна игровая деятельность	11.50 - 12.00
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30 - 15.00
Подъем, гимнастика после сна, оздоровительные мероприятия	15.00-15.20
Совместная деятельность (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20-15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.45- 16.15

Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Самостоятельная деятельность	16.15- 17.15
Уход детей домой	17.15-17.50

### Режим пребывания детей в ДОУ средние группы

Вид деятельности	Часы проведения
Прием, осмотр детей	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.23
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.30 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность (с перерывом 10 мин)	9.00 - 9.50
Самостоятельная деятельность	9.50 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.10 – 11.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	11.40 – 11.50
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.50 – 12.40
Подготовка ко сну, сон (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.40 -15.00



Подъем, гимнастика после сна, оздоровительные мероприятия	15.00 – 15.20
Совместная деятельность (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 - 15.50
Подготовка к полднику, усиленный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.50-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Самостоятельная деятельность	16.15 - 17.15
Уход детей домой	17.15- 17.50

#### Режим пребывания детей в ДОУ старшие группы

Вид деятельности	Часы проведения
Прием, осмотр детей	7.00 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.23 – 8.39
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.45 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность (с перерывом 10 мин)	9.00 - 9.25 9.35 – 10.00 10.10 – 10.35 (3 раза в неделю)

Второй завтрак	10.00 – 10.10
Самостоятельная деятельность	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	10.20 – 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30 – 12.50
Подготовка ко сну, сон (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.50 -15.00
Подъем, гимнастика после сна, оздоровительные мероприятия	15.00 – 15.20
Совместная деятельность (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 - 16.00
Подготовка к полднику, уплотненный полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.00-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах) Самостоятельная деятельность	16.25- 17.15
Уход детей домой	17.15-17.50

#### Режим пребывания детей в ДОУ подготовительные группы

Вид деятельности	Часы проведения
Прием, осмотр детей, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.48

Утренняя гимнастика	8.39 – 9.00
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.48 – 9.20
Непосредственная образовательная деятельность (включая 2 перерыва по 10 мин)	9.20 - 11.10
Совместная деятельность Второй завтрак	10.20 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	11.00 – 12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, сон (образовательная деятельность в режимных моментах)	13.00 -15.00
Подъем, гимнастика после сна, оздоровительные мероприятия	15.00 – 15.30
Совместная деятельность (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.30 - 16.05
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	16.05 – 16.30
Непосредственная образовательная деятельность (2 раза в неделю по 30 мин)	16.30 – 17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.30 – 17.30

**10. ОБЪЕМ НЕДЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ВОСПИТАННИКОВ ДОУ В ОРГАНИЗОВАННЫХ ФОРМАХ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Виды двигательной активности в режиме дня	Возрастные группы / дозировка				
	Вторая группа раннего возраста	младшая	средняя	старшая	подготовительная
Подвижные игры во время утреннего приема детей	<i>ежедневно 3-5 мин</i>	<i>ежедневно 5-6 мин</i>	<i>ежедневно 6-8 мин</i>	<i>ежедневно 8-10 мин</i>	<i>ежедневно 10-12 мин</i>
Утренняя гимнастика	<i>ежедневно 4-5 мин</i>	<i>ежедневно 6 мин</i>	<i>ежедневно 8 мин</i>	<i>ежедневно 10 мин</i>	<i>ежедневно 10-12 мин</i>
Физкультурные занятия	<i>2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 10 мин</i>	<i>2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 15 мин</i>	<i>2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 20 мин</i>	<i>2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 25 мин</i>	<i>2 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 30 мин</i>
Музыкальные занятия	<i>2 раза в неделю 10 мин</i>	<i>2 раза в неделю 15 мин</i>	<i>2 раза в неделю 20 мин</i>	<i>2 раза в неделю 25 мин</i>	<i>2 раза в неделю 30 мин</i>
Физкультминутки	<i>ежедневно, 2р. 1-2 мин</i>	<i>ежедневно, 2р. 2-3 мин</i>	<i>ежедневно, 2р. 2-3 мин</i>	<i>ежедневно, 2р. 2-3 мин</i>	<i>ежедневно, 2р. 2-3 мин</i>
Двигательные разминки во время перерыва между занятиями	<i>ежедневно 1-2 мин</i>	<i>ежедневно 2-3 мин</i>	<i>ежедневно 3 мин</i>	<i>ежедневно 5 мин</i>	<i>ежедневно 5 мин</i>
Подвижные игры на прогулке (2 раза)	<i>ежедневно 4-6 мин</i>	<i>ежедневно 6-8 мин</i>	<i>ежедневно 8-10 мин</i>	<i>ежедневно 10-12 мин</i>	<i>ежедневно 12-15 мин</i>

Микро-гимнастика после сна	<i>ежедневно</i> 4-5 мин	<i>ежедневно</i> 5-7 мин	<i>ежедневно</i> 5-7 мин	<i>ежедневно</i> 8-10 мин	<i>ежедневно</i> 10-12 мин
Индивидуальная работа по развитию ОВД	<i>ежедневно</i> 2-3 мин	<i>ежедневно</i> 3-5 мин	<i>ежедневно</i> 5-8 мин	<i>ежедневно</i> 8-10 мин	<i>ежедневно</i> 10-12 мин
Спортивные игры, упражнения в группе	<i>ежедневно</i> 3-5 мин	<i>ежедневно</i> 8-10 мин	<i>ежедневно</i> 10-12 мин	<i>ежедневно</i> 15-20 мин	<i>ежедневно</i> 20-25 мин
Физкультурный досуг	<i>1 раз в месяц</i> 12-15 мин	<i>1 раз в месяц</i> 20 мин	<i>1 раз в месяц</i> 25 мин	<i>1 раз в месяц</i> 30 мин	<i>1 раз в месяц</i> 35 мин
Спортивный праздник	-	-	<i>2 раза в год</i> 35 мин	<i>2 раза в год</i> 45 мин	<i>2 раза в год</i> 55 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	<i>ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребности детей; проводится и дозируется под наблюдением воспитателя</i>				
<b>Итого в день (в ДОУ)</b>	<b>1 ч 30 мин</b>	<b>2 ч 00 мин</b>	<b>4 ч 00 мин</b>	<b>4 ч 20 мин</b>	<b>5 ч 15 мин</b>

- ✓ Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастных возможностей и времени года.
- ✓ Объем двигательной активности детей 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6-8 часов в неделю.
- ✓ Двигательная активность в организованных формах деятельности составляет не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности.