

ПРИНЯТО  
решением Педагогического совета  
ГБОУ лицей № 572  
Невского района Санкт-Петербурга  
протокол № 1 от 31.08.2023

С учётом мнения Совета родителей  
ГБОУ лицей № 572  
Невского района Санкт-Петербурга  
протокол № 1 от 31.08.2023



## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

Структурного подразделения  
«Отделение дошкольного образования детей»  
государственного общеобразовательного учреждения лицей № 572  
Невского района Санкт-Петербурга  
**2023 – 2024 учебный год**

Санкт – Петербург  
2023 г.

## Пояснительная записка

Учебный план структурного подразделения «Отделение дошкольного образования детей» Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицей № 572 Невского района Санкт – Петербурга (далее – ОДОД ГБОУ лицея № 572) является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в ОДОД ГБОУ лицея № 572 с учетом его специфики, учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения.

Учебный план ОДОД ГБОУ лицея № 572 разработан в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- Санитарные правила СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID– 19)»
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847)
- Основная образовательная Программа дошкольного образования ОДОД ГБОУ лицея № 572

Образовательная деятельность в структурном подразделении «Отделение дошкольного образования детей» ГБОУ лицея № 572 осуществляется по основной образовательной программе дошкольного образования, разработанной рабочей группой СП ОДОД самостоятельно в соответствии с **ФГОС ДО** (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155, зарегистрирована в Минюсте России 14.11.2013 г., регистрационный номер № 30384) и с учетом **ФОП ДО** (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847)

### Структура образовательного процесса

Учебный день делится на 3 блока:

- 1) образовательный блок 1 половины дня (7.00 - 9.00) включает в себя:



- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения)

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов

- самостоятельную деятельность детей

- взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования

2) обучающий блок (9.00 - 11.00) включает в себя:

- занятия (в соответствии с расписанием образовательной деятельности, представляет собой образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной))

3) образовательный блок 2 половины дня (15.50 - 19.00) включает в себя:

- индивидуальную работу

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения)

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов

- самостоятельную деятельность детей

- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

### Структура учебного года

В 2023 – 2024 учебном году в ОДОД функционируют 4 общеобразовательные группы

Возрастная группа	Количество групп
Разновозрастная группа (младшая группа + средняя группа)	1
Старшая группа	1
Подготовительная к школе группа	2

### Продолжительность учебного года в ОДОД ГБОУ лицея № 572

- Начало учебного года: 01 сентября 2023 года

- Окончание учебного года: 31 августа 2024 года

### Регламентирование образовательного процесса на учебный год

- Первое полугодие: 01 сентября 2023 года – 30 декабря 2023 года (18 недель)

- Второе полугодие: 08 января 2024 года – 31 мая 2024 года (21 неделя)

- Летняя оздоровительная работа: 01 июня 2024 года – 31 августа 2024 года

### Регламентирование образовательного процесса на неделю:

- Продолжительность рабочей недели – 5 дней (понедельник – пятница) с 07.00 до 19.00 часов.

### Регламентирование образовательного процесса определяется:

Санитарные правила СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28

Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2



В ОДОД образовательная деятельность строится по трем направлениям: образовательная деятельность, образовательная деятельность в режимных моментах, образовательная деятельность в самостоятельной деятельности. Каждый вид образовательной деятельности отражен в учебном плане:

- 1 часть – образовательная деятельность
- 2 часть – образовательная деятельность в ходе режимных моментов
- 3 часть – самостоятельная деятельность детей

В структуре учебного плана выделяются обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей. Обязательная часть составляет не менее 60 % от общего объема, отводимого на освоение основной образовательной программы дошкольного образования, и предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех пяти взаимодополняющих образовательных областях.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, составляет не более 40% от общего объема, отводимого на освоения детьми основной образовательной программы дошкольного образования. Эта часть учебного плана формируется участниками образовательных отношений, где представлена программа, направленные на развитие детей в одной или нескольких образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках (парциальные программы), методики, формы организации образовательной деятельности. Используются разные формы работы во второй половине дня.

Целью разработки учебного плана является предупреждение перегрузки в физическом, интеллектуальном и эмоциональном состоянии дошкольников.

Основные задачи учебного плана:

1. Регулирование объема образовательной нагрузки при проведении образовательной деятельности
2. Реализация ФГОС ДО и ФООП ДО к содержанию и организации образовательного процесса в ОДОД ГБОУ лицее № 572
3. Обеспечение целостности и единства воспитательно – образовательного процесса как основы повышения качества дошкольного образования
4. Реализация Образовательной программы дошкольного образования

В основную часть учебного плана включены пять направлений, обеспечивающие социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие детей. Каждая образовательная область включает в себя следующие структурные единицы:

#### **Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие»**

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в ОДОД; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

#### **Образовательная область «Познавательное развитие»**

Познавательное развитие предполагает развитие познавательных интересов, любознательности и познавательной мотивации, интереса к учебной деятельности и желания учиться; формирование познавательных действий, развитие воображения, внимания, памяти, наблюдательности, умения анализировать, устанавливать причинно –



следственные связи, формулировать выводы; формирование первичных представлений об окружающем мире, формирование элементарных естественно – научных представлений.

### **Образовательная область «Речевое развитие»**

Речевое развитие направлено на совершенствование всех сторон речи, развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха, формирование предпосылок обучения грамоте; овладение речью как средством общения, развитие речевого творчества; знакомство с книжной культурой, детской литературой.

### **Образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»**

Художественно – эстетическое развитие предполагает развитие художественно – творческих способностей детей в различных видах художественной деятельности, формирование интереса и предпосылок ценностно – смыслового восприятия и понимания произведений искусства; развитие эстетического восприятия окружающего мира, воспитание художественного вкуса.

### **Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

В часть, формируемую участниками образовательного процесса, входят речевое развитие, социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, художественно – эстетическое развитие, физическое развитие детей. Их соотносят с основной частью Программы по принципу углубления и расширения содержания.

Содержание образовательных областей зависит от возрастных, индивидуальных особенностей и специфики учреждения. Определяется целями и задачами Программы, реализуется в различных видах деятельности. Реализация учебного плана предполагает обязательный учет принципа интеграции образовательных областей.

В летний оздоровительный период ОДОД продолжает работать по следующим направлениям развития и образования детей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие детей. Отводится больше времени на развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками, на формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе; на развитие воображения и творческой активности, на формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира; уделяется больше времени обогащению активного словаря, развитию связной речи, знакомству с книжной культурой, детской литературой; на реализацию самостоятельной деятельности детей – изобразительной, музыкальной. Особое место отводится физическому развитию детей. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях образовательная деятельность по физическому развитию и музыкальному развитию организуется на открытом воздухе.



## Объем образовательной нагрузки

### Младшая группа (3- 4 года):

Виды образовательной деятельности (НОД)	Количество ОД в неделю	Общее количество ОД в неделю	Продолжительность ОД	Максимально допустимый объём образовательной нагрузки
<b>Познавательное развитие:</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>15 минут</b>	В день – 30 минут В неделю – 2 ч . 30 мин. В месяц – 10 часов В год – 90 часов
• Познавательно-исследовательская и продуктивная деятельность (конструктивная)	в режимных моментах			
• Формирование целостной картины мира	1			
• Формирование элементарных математических представлений	1			
<b>Речевое развитие</b> (чтение художественной литературы)	<b>1</b> (ежедневно)			
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	<b>4</b>			
• рисование	1			
• лепка	0,5			
• аппликация	0,5			
• музыка	2			
<b>Физическое развитие</b>	<b>3</b>			
Физическая культура	1 занятие на улице 2 занятия в зале			
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	в режимных моментах			

### Средняя группа (4-5 лет):

Вид образовательной деятельности (ОД)	Количество ОД в неделю	Общее количество ОД в неделю	Продолжительность ОД	Максимально допустимый объём образовательной нагрузки
<b>Познавательное развитие:</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>20 мин</b>	В день – 40 минут В неделю – 3 ч . 20 мин. В месяц – 13 ч. 20 мин. В год – 120 часов
• Формирование целостной картины мира	1			
• Формирование элементарных математических	2			



представлений • Познавательно-исследовательская и продуктивная деятельность (конструирование)	в режимных моментах			
<b>Речевое развитие</b> (чтение художественной литературы)	1 (ежедневно)			
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	4			
• рисование • лепка • аппликация • музыка	1 0,5 0,5 2			
<b>Физическое развитие</b>	3			
Физическая культура	1 занятие на улице 2 занятия в зале			
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	в режимных моментах			

**Старшая группа (5-6 лет)**

Вид образовательной деятельности (ОД)	Количество ОД в неделю	Общее количество ОД в неделю	Продолжительность ОД	Максимально допустимый объём недельной образовательной нагрузки
<b>Познавательное развитие:</b>	3	12	25 мин	В день – 50 минут В неделю – 5 часов. В месяц – 20 ч. 00 мин. В год - 195 часов
• Формирование целостной картины мира	2			
• Формирование элементарных математических представлений	1			
• Познавательно-исследовательская и продуктивная деятельность (конструирование)	в режимных моментах			
<b>Речевое развитие</b> (чтение художественной литературы)	2 (ежедневно)			
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	4			
• рисование • лепка • аппликация • музыка	1 0,5 0,5 2			
<b>Физическое развитие</b>	3			
Физическая культура	1 занятие на улице			



	2 занятия в зале			
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	В режимных моментах			

### Подготовительная группа (6-7 лет)

Вид образовательной деятельности (ОД)	Количество ОД в неделю	Общее количество ОД в неделю	Продолжительность ОД	Максимально допустимый объём образовательной нагрузки
<b>Познавательное развитие:</b>	<b>5</b>	<b>14</b>	<b>30 мин</b>	В день – 60-90 минут В неделю – 7 часов. В месяц – 28 ч. 00 мин. В год - 252 часа
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование целостной картины мира</li> <li>• Формирование элементарных математических представлений</li> <li>• Познавательно-исследовательская и продуктивная деятельность (конструирование)</li> </ul>	3			
	2			
	в режимных моментах			
<b>Речевое развитие</b> (чтение художественной литературы)	<b>2</b> (ежедневно)			
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	<b>4</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• рисование</li> <li>• лепка</li> <li>• аппликация</li> <li>• музыка</li> </ul>	1 0,5 0,5 2			
<b>Физическое развитие</b>	<b>3</b>			
<b>Физическая культура</b>	1 занятие на улице 2 занятия в зале			
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	В режимных моментах			

Реализация образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» (общение и взаимодействие с взрослыми и сверстниками, усвоение норм и ценностей, развитие социального и эмоционального интеллекта, становление основ безопасного поведения в быту, социуме, природе, и др.) проводится ежедневно в совместной деятельности с детьми, в режимных моментах, во взаимодействии с семьями воспитанников.

В середине образовательной деятельности статического характера проводится физкультминутки. Перерывы между периодами образовательной деятельностью не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 – 30 минут в день.



**Учебный план реализации организованной образовательной деятельности  
по основной образовательной программе дошкольного образования  
2023 – 2024 учебный год**

**Организованная образовательная деятельность**

Образовательные области	Младшая группа 3-4 года		Средняя группа 4-5 лет		Старшая группа 5-6 лет		Подготовительная группа 6-7 лет	
	неделя	год	неделя	год	неделя	год	неделя	год
<b>Основная часть</b>								
Социально – коммуникативное развитие								
Осуществляется в образовательной деятельности в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной деятельности								
<b>Познавательное развитие</b>	неделя	год	неделя	год	неделя	год	неделя	год
Формирование целостной картины мира	1	36	1	36	1	36	2	72
Формирование элементарных математических представлений	1	36	2	72	1	36	2	72
<b>Речевое развитие</b>	неделя	год	неделя	год	неделя	год	неделя	год
Речевое развитие	1	36	1	36	2	36	2	72
Основа грамотности	1	36	1	36	2	36	2	72
Восприятие художественной литературы и фольклора	1	36	1	36	2	36	2	72
Проводится ежедневно в режимных моментах, в играх. Интергируется в другие образовательные области								
<b>Художественно – эстетическое развитие</b>	неделя	год	неделя	год	неделя	год	неделя	год
Музыка	2	72	2	72	2	72	2	72
Рисование	1	36	1	36	1	36	1	36
Лепка	0,5	18	0,5	18	0,5	18	0,5	18
Аппликация	0,5	18	0,5	18	0,5	18	0,5	18
<b>Физическое развитие</b>	неделя	год	неделя	год	неделя	год	неделя	год
Физическое развитие в помещении	2	72	2	72	2	72	2	72
Физическое развитие на воздухе	1	36	1	36	1	36	1	36
<b>Вариативная часть</b>								
Программа «Первые шаги»	Проводится в играх, в совместной деятельности.							
Петербургское развитие для малышей	1		36		1		36	



от 3 до 7 лет. Г.Т.Алифанова	Интегрируется в другие образовательные области.				
Программа «Добро пожаловать в экологию» О.А. Воронкевич	Проводится в играх, в совместной деятельности. Интегрируется в другие образовательные области.				
<b>Итого</b>					
Инвариативная часть	10	11	11	13	
Вариативная часть	Проводится в играх, в совместной деятельности. Интегрируется в другие образовательные области			1	1
Общее количество в неделю	10	11	12	14	

### Образовательная деятельность в ходе режимных моментов

Образовательная деятельность	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7 лет	Режимный момент
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
Беседы и разговоры с детьми по их интересам	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
<b>Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр</b>					
Игры с детьми (сюжетно-ролевая, режиссерская, игровая, драматизация, строительно-конструктивные игры)	ежедневно	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	1 половина дня
Совместная игра воспитателя и детей					



(сюжетно-ролевая, режиссерская, игровая драматизация, строительные-конструктивные игры, народные игры)	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 половина дня
	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	2 половина дня
	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	2 половина дня
	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	1 половина дня
<b>Познавательная и исследовательская деятельность</b>						
Опыты, эксперименты, наблюдения (в том числе, экологической направленности)	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	все
	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Все
Наблюдения за природой (на прогулке)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Все
	<b>Формы творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей</b>					
	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	2 половина дня
	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	2 половина дня
	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 половина дня
Музыкально-театральная гостиная	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	2 половина дня
Музыкальный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	2 половина дня
Творческая мастерская (рисование, лепка, художественный труд по интересам, проектная деятельность)	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 половина дня
Чтение литературных произведений	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
<b>Самообслуживание и элементарный бытовой труд</b>						
Самообслуживание	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все



Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	все
Трудовые поручения (общий и совместный труд)	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	2 половина дня

### Самостоятельная деятельность детей в режимных моментах

Режимные моменты	Младшая группа 3-4 года Распределение времени в течение дня	Средняя группа 4-5 лет Распределение времени в течение дня	Старшая группа 5-6 лет Распределение времени в течение дня	Подготовительная группа 6-7 лет Распределение времени в течение дня
Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема	от 10 до 50 минут	от 10 до 50 минут	от 10 до 50 минут	от 10 до 50 минут
Самостоятельные игры в 1-й половине дня (до занятий)	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	от 60 минут до 1 часа 30 минут	от 60 минут до 1 часа 30 минут	от 60 минут до 1 часа 40 минут	от 60 минут до 1 часа 40 минут
Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам во 2-й половине дня	30 минут	30 минут	30 минут	30 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	от 40 минут	от 40 минут	от 40 минут	от 40 минут



Игры перед уходом домой	от 15 до 50 минут	от 15 до 50 минут	от 15 до 50 минут	от 15 до 50 минут
Итого	не менее 3 часов 30 минут	не менее 3 часов 30 минут	не менее 3 часов 30 минут	не менее 4 часов 00 минут



**Режим двигательной активности  
2023 – 2024 учебный год**

Виды занятий	Количество и длительность занятий (в минутах) в зависимости от возраста детей			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Физкультура</b>				
В помещении	2 раза в неделю (15 минут)	2 раза в неделю (20 минут)	2 раза в неделю (25 минут)	2 раза в неделю (30 минут)
На улице	1 раз в неделю (15 минут)	1 раз в неделю (20 минут)	1 раз в неделю (25 минут)	1 раз в неделю (30 минут)
<b>Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня</b>				
Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно (10 минут)	Ежедневно (10 минут)	Ежедневно (10 минут)	Ежедневно (10 минут)
Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно на каждой прогулке (15 – 25)	Ежедневно на каждой прогулке (20 – 25)	Ежедневно на каждой прогулке (25 – 30)	Ежедневно на каждой прогулке (30 – 40)
Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно (15 – 20)	Ежедневно (15 – 20)	Ежедневно (15 – 20)	Ежедневно (15 – 20)
Физкультминутки (в середине статического занятия)	3 – 5 минут ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3 – 5 минут ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3 – 5 минут ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3 – 5 минут ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
<b>Активный отдых</b>				
Физкультурный досуг	1 раз в месяц (20 минут)	1 раз в месяц (20 минут)	1 раз в месяц (30 – 40)	1 раз в месяц (40 минут)
Физкультурный праздник	-	2 раза в год до 45 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут
День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
<b>Самостоятельная двигательная деятельность</b>				
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно