

Принято на педагогическом совете  
протокол №1  
от «31» августа 2023г

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ Д/с «Колокольчик»  
п. Светлогорка  
\_\_\_\_\_ С.Ж.Кульниязова

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД «КОЛОКОЛЬЧИК» П. СВЕТЛОГОРКА  
ОРЕНБУРГСКОГО РАЙОНА ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ  
2023 -2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад «Колокольчик» п. Светлогорка Оренбургского района Оренбургской области, реализующий образовательную программу дошкольного образования разработан в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12. 2012 № 273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом от 31.07.2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Приказом 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»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 .01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и нормам СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Учебный план составлен в соответствии с образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад «Колокольчик» п. Светлогорка Оренбургского района Оренбургской области разработанной и утвержденной учреждением самостоятельно.

Учебно-методическое обеспечение по образовательной программе дошкольного образования МБДОУ Д/с «Колокольчик» п. Светлогорка:

<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	
Учебные программы	Методические пособия и технологии
1. Куцакова Л.В. Трудовое воспитание в детском саду: Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014	Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений и родителей.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
2. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебное пособие по основам	Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности:

<p>безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВОПРЕСС», 2016</p> <p>3. Н.С. Голицына, С.В.Люзина, Е.Е. Бухарова ОБЖ для младших дошкольников. Система работы.- М.: издательство «Скрипторий 2003», 2015</p> <p>4. Н.С. Голицына, С.В.Люзина, Е.Е. Бухарова ОБЖ для старших дошкольников. Система работы.- М.: издательство «Скрипторий 2003», 2015</p> <p>5. Т.П. Гарнышева ОБЖ для дошкольников. Планирование работы, конспекты занятий, игры. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016</p> <p>7. Т.И.Данилова Программа «Светофор». Обучение детей дошкольного возраста Правилам дорожного движения. - СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВОПРЕСС», 2016</p> <p>8. Шарохина В.Л. Коррекционноразвивающие занятия: младшая, средняя группы. -М.: ООО «Национальный книжный центр», 2014.</p> <p>9. Коломийченко Л.В. Дорогою добра: Концепция и программа социально-коммуникативного развития и социального воспитания дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2017</p>	<p>Вторая младшая группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности: Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Петрова В.И., Стульник Т.Д. Этические беседы дошкольниками. Для занятий с детьми 4-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>Саулина Т.Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения: Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Андреенко Т.А., Алекинова О.В. Развитие эмоциональной отзывчивости старших дошкольников.-СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2014.</p> <p>Ошкина А.А., Цыганкова И.Г. Формирование эмоциональной саморегуляции у старших дошкольников. Учебно-методическое пособие - М.: Центр педагогического образования, 2015.</p> <p>Волков Б.С., Волкова Н.В. Учим общаться детей 3-7 лет. Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2014.</p> <p>-Вайнер М.Э. Социально-личностная готовность детей к школе в контексте требований ФГОС ДО. Учебнометодическое пособие -М.: Центр педагогического образования, 2015.</p> <p>- Коломийченко Л.В, Чугаева Г.И., Югова Л.И. Дорогою добра. Занятия для детей 5-6 лет по социальнокоммуникативному развитию и социальному воспитанию.- М.: ТЦ Сфера, 2017 - Белая К.Ю., Белая А.Е. Беседы о поведении ребенка за столом. 2-е изд.,- М.: ТЦ Сфера, 2017 - Шорыгина Т.А. Беседы об этикете с детьми 5-8 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2019</p>
<b>Познавательное развитие</b>	
<p>1. С.Н. Николаева. Парциальная программа «Юный эколог»: Для работы с детьми 3-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>2.Н.Г. Зеленова, Л.Е. Осипова. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. Средняя группа. – М.: издательство «Скрипторий 2003», 2015</p>	<p>Веракса Н.Е., Галимов О.Р. Познавательно-исследовательская деятельность дошкольников. Для занятий с детьми 4-7 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>С.Н. Николаева Юный эколог. Система работы в средней группе.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>Помораева И.А., Позина В.А.</p>

<p>3. Крашенинников Е.Е., Холодова О.Л. Развитие познавательных способностей дошкольников. Для занятий с детьми 4-7 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p>	<p>Формирование элементарных математических представлений: Вторая младшая группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Помораева И.А., Позина В.А. Формирование элементарных математических представлений: Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Соломенникова О.А. Ознакомление с природой. Младшая группа.– М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, 2015</p> <p>Соломенникова О.А. Ознакомление с природой. Подготовительная группа - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017</p>
<p><b>Речевое развитие</b></p>	
	<p>Гербова В.В. Развитие речи в детском саду. Младшая группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015</p> <p>Гербова В.В. Развитие речи в детском саду. Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Гербова В.В. Развитие речи в детском саду. Старшая группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Гербова В.В. Развитие речи в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>Хрестоматия для чтения детям в детском саду и дома: 3-4 года.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>Хрестоматия для чтения детям в детском саду и дома: 4-5 лет.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>Хрестоматия для чтения детям в детском саду и дома: 5-6 лет.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>Хрестоматия для чтения детям в детском саду и дома: 6-7 лет.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016, 2017</p> <p>Хрестоматия. Средняя группа детского сада/А.С. Пушкин,Л.Н. Толстой, Д.н. Мамин-Сибиряк и др.; Худож.В.Коркин, Д.Лемко, С.Сачков и др.-М.:РОСМЭН, 2015</p>

<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	
<p>1. Комарова Т.С. Развитие художественных способностей дошкольников. Монография. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013 (в соответствии с ФГОС)</p> <p>2. Куцакова Л.В. Художественное творчество и конструирование. Сценарии занятий с детьми 3- 4 лет.– М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016</p> <p>3. И. Каплунова, И. Новоскольцева «Ладушки» Программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста. г. СанктПетербург, 2015 г.</p>	<p>-Комарова Т.С. Изобразительная деятельность в детском саду: Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>-Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Подготовительная к школе группа (художественноэстетическое развитие): учебно-методическое пособие. –М.: Издательский дом «Цветной мир», 2017</p> <p>-Куцакова Л.В. Конструирование из строительного материала. Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014, 2016</p> <p>-И. Каплунова, И. Новоскольцева «Праздник каждый день». Конспекты музыкальных занятий средняя группа. «Композитор — Санкт-Петербург», (переработанное научно-методическим советом МБДОУ №190), 2016</p>
<b>Физическое развитие</b>	
<p>1. Мосалова Л.Л. Я и мир: Конспекты занятий по социальнонравственному воспитанию детей дошкольного возраста. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015</p> <p>2. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВОПРЕСС», 2016</p>	<p>-Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>-Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014</p> <p>-Т.А. Шорыгина Беседы о здоровье: Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2017</p>

В структуре учебного плана отражена реализация обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Учебный план регулирует объем образовательной нагрузки, определяет содержание и организацию образовательного процесса в пяти образовательных областях: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.

Образовательные области реализуются через образовательную деятельность:

- социально-коммуникативное развитие: «Социализация», «Безопасность», «Труд»;
- познавательное развитие: «Познавательное-исследовательская деятельность», «Ребенок и окружающий мир», «Формирование элементарных математических представлений» (далее - ФЭМП);
- речевое развитие: «Развитие речи», «Чтение художественной литературы»;

-художественно-эстетическое развитие – «Приобщение к искусству», «Рисование», «Лепка», «Аппликация», «Конструирование», «Музыкальная деятельность»;

- физическое развитие – «Занятие по физическому развитию», «Здоровье».

В учебном плане определено время на реализацию Программы в процессе занятий.

Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста составляет:

- от 1,5 до 3 лет - не более 10 мин.
- от 3 до 4 лет - не более 15 минут;
- от 4 до 5 лет - не более 20 минут;
- от 5 до 6 лет - не более 25 минут;
- от 6 до 7 лет - не более 30 минут

Максимально допустимый объем занятий в первой половине дня не превышает:

- от 1,5 до 3 лет – 10 минут;
- от 3 до 4 лет - 30 минут;
- от 4 до 5 лет - 40 минут;
- от 5 до 6 лет - 50 минут или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна;
- от 6 до 7 лет – 90 минут

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей образовательная деятельность сочетается с занятиями по физическому развитию и музыкальной деятельности.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования. Продолжительность перерывов между занятиями не менее 10 минут.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. Суммарный объем двигательной активности для детей всех возрастов составляет не менее 1 часа в день. Продолжительность утренней гимнастики для детей до 7 лет не менее 10 минут.

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий по физическому развитию на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения ветра) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия по физическому развитию проводится в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятий физической культурой, составляет не менее 70%.

Образовательная деятельность с детьми осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, другими детьми, самостоятельной деятельности детей и при проведении режимных моментов, в разнообразных видах детской деятельности.

При организации образовательного процесса с 01.06. по 31.08. – летний оздоровительный период. Во время летнего оздоровительного периода, в Учреждении занятия не проводятся, кроме занятий по физическому развитию.

В дошкольном образовательном учреждении с детьми работает специалист – музыкальный руководитель. Музыкальный руководитель осуществляет реализацию целей и задач образовательной области «Художественно эстетическое развитие» во время проведения музыкальной деятельности во всех возрастных подгруппах- 2 раза в неделю согласно расписанию занятий.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений представлена программой «Юный эколог» С.Н.Николаевой. Программа реализуется как одна из задач образовательной области «Познавательное развитие» в образовательной деятельности, а также при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов.

## Объем образовательной деятельности в холодный период года

Направления развития	Виды образовательной деятельности	Объем времени				
		I мл.подгр. 2-3года	II мл.подгр. 3-4 года	средняя подгр. 4-5 лет	Старшая подгр. 5-6 лет	Подготови т.подгр. 6-7 лет
		Количество занятий в неделю/минут в неделю				
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>						
Всего					1/25	2/60
Формирование основ безопасности		Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, самостоятельной деятельности и пр режимных моментах			Занятие: 1 раз в неделю 25 мин	Занятие: 1 раз в неделю 30 мин
Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание		Осуществляется при взаимодействии с взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
Социализация, развитие общения, нравственное воспитание		Осуществляется при взаимодействии с взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
<b>Познавательное развитие</b>						
Всего		2/20	2/30	2/40	3/75	3/120
Развитие познавательно-исследовательская деятельность		Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментах				
Формирование элементарных математических представлений		1 раз в неделю/10 мин	1 раз в неделю/15 мин	1 раз в неделю /20 мин	1 раз в неделю/ 25 мин	1 раз в неделю/ 30 мин
Ознакомление с миром природы		1 раз через неделю / 10 мин	1 раз в неделю/15 мин	1 раз через неделю/20 мин	1 раз в неделю/25 мин	1 раз в неделю/30 мин
Приобщение к социокультурным ценностям					Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, самостоятельной деятельности и при режимных моментах	

Часть, формируемая участниками образовательных отношений (программой «Юный эколог»)					1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30мин
<b>Речевое развитие</b>						
Всего		1/10	1/15	1/20	1/25	2/60
Воспитание любви и интереса к художественному слову		Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
Речевое развитие		1 раз в неделю/10 мин	1 раз в неделю/15 мин	1 раз в неделю/20 мин	1 раз в неделю/20 мин	1 раз в неделю/30 мин
Подготовка к обучению грамоте						1 раз в неделю/30 мин
<b>Художественно – эстетическое развитие</b>						
Всего		4/40	4/60	4/80	5/115	5/150
Приобщение к искусству		Осуществляется при взаимодействии с взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
Изобразительная деятельность	Рисование	1 раз в неделю/10 мин	1 раз в неделю/15 мин	1 раз в неделю/20 мин	1 раз в неделю/20 мин	1 раз в неделю/30 мин
	Лепка	1 раз через неделю/10 мин	1 раз через неделю/15 мин	1 раз через неделю/20 мин	1 раз в неделю/20 мин	1 раз в неделю/30 мин
	Аппликация	-			1 раз в неделю/25 мин	1 раз через неделю/30 мин
Конструктивно – модельная деятельность		осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
Музыкальная деятельность		2 раза в неделю/20 мин	2 раза в неделю/30 мин	2 раза в неделю/40 мин	2 раза в неделю/50 мин	2 раза в неделю/60 мин
<b>Физическое развитие</b>						
Всего		3/30	3/45	3/60	3/75	3/90
Физическое развитие	занятия по физической культуре в помещении	3 раза в неделю/30мин	3 раза в неделю/45мин	3 раза в неделю/60мин	2 раза в неделю /50 мин	2 раза в неделю/60мин

	занятия по физической культуре на воздухе	-	-	-	1 раз в неделю/ 25 мин	1 раз в неделю/ 30 мин
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни		осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов				
Всего образовательной нагрузки количество занятий /минут		10/100	10/150	10/200	13/315	15/450

### Расписание занятий

	Подготовительная подгруппа	Старшая подгруппа	Средняя подгруппа	2 младшая подгруппа	1 младшая подгруппа
пн	1. Ознакомление с миром природы (9.00-9.30) 2. Физическая культура (9.40-10.10) 3. «Юный эколог» (16.20 – 16.50)	1. Ознакомление с миром природы/ (9.00-9.25) 2. Физическая культура (9.40- 10.05) 3. «Юный эколог» (16.20 - 16.45)	1. Ознакомление с миром природы/приобщение к социокультурным ценностям (9.00 -9.20) 2. Физическая культура (9.40-10.00)	1. Ознакомление с миром природы /приобщение к социокультурным ценностям ( 9.00-9.15) 2. Физическая культура (9.40-9.55)	1. Ознакомление с миром природы/приобщение к социокультурным ценностям (9.00-9.10) 2. Физическая культура (16.10-16.20)
вт	1. ФЭМП (9.00-9.30) 2. Формирование основ безопасности (9.40-10.10) 3. Конструктивно-модельная деятельность / Аппликация(10.20-10.50) 4. Физическая культура на воздухе (16.45- 17.15)	1. ФЭМП (9.00-9.25) 2. Формирование основ безопасности (9.40- 10.05) 3. Конструктивно-модельная деятельность / Аппликация(10.20-10.45) 4. Физическая культура на воздухе (16.45- 17.10)	1. ФЭМП (9.00 -9.20) 2. Физическая культура (9.40-10.00)	1. ФЭМП (9.00-9.15) 2. Физическая культура (9.40-9.55)	1. ФЭМП (9.00-9.10) 2. Физическая культура (16.10-16.20)
ср	1. Речевое развитие (9.00-9.30) 2. Музыкальная деятельность (9.40-10.10)	1. Речевое развитие (9.00-9.20) 2. Музыкальная деятельность (9.40- 10.05)	1. Речевое развитие / (9.00 -9.20) 2. Музыкальная деятельность (9.40-10.00)	1. Речевое развитие (9.00-9.15) 2. Музыкальная деятельность(9.40--9.55)	1. Речевое развитие (9.00-9.10) 2. Музыкальная деятельность (16.10-16.20)
чт	1. Изобразительная деятельность (рисование) (9.00-9.30) 2. Физическая культура (9.40-10.10) 3. Подготовка к обучению грамоте (10.20 - 10.50)	1. Изобразительная деятельность (рисование) (9.00-9.20) 2. Физическая культура (9.40- 10.05)	1. Изобразительная деятельность (рисование) (9.00 -9.20) 2. Физическая культура (9.40-10.00)	1. Изобразительная деятельность (рисование) (9.00-9.15) 2. Физическая культура (9.40-9.55)	1. Изобразительная деятельность (рисование) (9.00-9.10) 2. Физическая культура (16.10-16.20)
пт	1. Лепка (9.00 - 9.30) 2. Музыкальная деятельность (9.40-10.10)	1. Лепка (9.00-9.20) 2. Музыкальная деятельность (9.40 -10.05)	1. Лепка/аппликация (9.00 -9.20) 2. Музыкальная деятельность (9.40-10.00)	1. Лепка/аппликация (9.00-9.15) 2. Музыкальная деятельность (9.40 - 9.55)	1. Лепка/ аппликация (9.00-9.10) 2. Музыкальная деятельность (16.10-16.20)



### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	II младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Физкультурные занятия	А) в помещении	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 20 мин.
	Б) открытом воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 мин.	1 раз в неделю 30 мин.
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	А)утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	Б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза ( утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза ( утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза ( утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза ( утром и вечером) 30
	В)физкультминутки ( в середине занятий)	1-3 ежедневно в зависимости от вида в содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида в содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида в содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида в содержания занятий
Активный отдых	А) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25	1 раз в месяц 30
	Б) физкультурный праздник	-	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
	В) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	А)самостоятельное использование физкультурного и спортивного оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно