

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного
учреждения-детский сад № 27 «Чебурашка»
Протокол № 65/1-од от 28.08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
муниципального бюджетного
дошкольного образовательного
учреждения-детский сад № 27
«Чебурашка»
Г.И.Сергеева



Учебный план МБДОУ-детский сад № 27 «Чебурашка» На 2020-2021 уч.год

Содержание

1. Пояснительная записка.
 - 1.1 Годовой календарный учебный график
2. Учебный план.
 - 2.1 Возрастные образовательные нагрузки.
 - 2.2 Блок базовых образовательных нагрузок и дополнительных образовательных услуг.
3. Расписание ООД по возрастным группам.
4. Расписание дополнительной образовательной деятельности.
5. Модель организации двигательного режима
6. Режим дня

1. Пояснительная записка к учебному плану МБДОУ - детского сада № 27 «Чебурашка» на 2021-2022 уч. год.

Педагогический коллектив дошкольного учреждения работает по *основной образовательной программе МБДОУ – детского сада № 27 «Чебурашка»*, разработанной на основе положений ФГОС ДО и примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой 2020г., использует элементы других программ дошкольного образования: «Из детства в отрочество» Т.Н. Дороновой, «Ступеньки детства» Н. М. Коньшевой, О. И. Бадулиной, М.В. Зверевой, а так же ряда парциальных программ: «Здоровье» В.Г Алямовской, «Математические ступеньки» Е.В. Колесниковой, «Юный эколог» С. Н. Николаевой, «Семицветик» В. И. Ашикова, С. Г. Ашиковой.

Программа МБДОУ – детский сад № 27 «Чебурашка» определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования, обеспечивает всестороннее развитие личности ребенка: социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое в различных видах общения и деятельности.

Ведущие цели Программы – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольников.

МБДОУ работает в режиме пятидневной рабочей недели. В МБДОУ функционирует 11 возрастных групп общеразвивающей направленности, в которых осуществляется реализация образовательной Программы.

Учебный план составлен в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ – д/с № 27 «Чебурашка», ПООП ДО «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой-2017г. и СанПин 2.4.1.3049 – 13 от 15.05.2013 г. №26.

Организация воспитательно-образовательной работы с дошкольниками осуществляется как в совместной со взрослыми деятельности (организованной образовательной деятельности, в режимных моментах), так и в самостоятельной деятельности детей в течение всего дня.

Структура образовательного процесса

Учебный блок делится на три части:

- 1) **Утренний блок:** продолжительность – с 7.30 до 9.00 включает в себя:
 - совместная деятельность воспитателя с ребенком;
 - свободная самостоятельная деятельность.
- 2) **Развивающий образовательный блок:** продолжительность – 9.00 – 10.50
 - организованное обучение в форме организованной образовательной деятельности.
- 2) **Вечерний блок:** продолжительность – 15.35 – 18.00, включает:
 - дополнительная образовательная деятельность;
 - самостоятельная и совместная деятельность и детей и воспитателя.

Формы и методы организации образовательного процесса

Педагогический процесс МБДОУ это целостная система, которая охватывает все основные направления развития ребёнка, а так же предусматривает систему мер по охране и укреплению его здоровья.

Образовательный процесс предусматривает две составляющие:

1. Совместная деятельность взрослого и детей (ООД и режимные моменты);
2. Самостоятельная деятельность дошкольников;

Организация партнёрской деятельности взрослого с детьми:

- Включённость воспитателя в деятельность наравне с детьми;
- Добровольное присоединение дошкольников к деятельности (без психологического и дисциплинарного принуждения);
- Свободное общение и перемещение детей во время деятельности (при соответствии организации рабочего пространства);
- Открытый временной отрезок деятельности (каждый ребёнок работает в своём темпе).

Организованная образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, трудовой, познавательно- исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтение) **или их интеграцию** (при использовании различных форм и методов работы), педагоги выбирают их самостоятельно исходя из контингента детей, уровня освоения общеобразовательной программы, конкретных задач.

Формы работы с детьми подбираются адекватные возрасту, целям развития, возможностями группы или подгруппы детей, конкретного ребёнка (реализуется принцип интеграции).

Педагоги в ООД отходят от принятых ранее форм и стараются сделать атмосферу более эмоционально насыщенной, сюжетной, импровизируют.

Воспитатели используют открытое планирование работы, предлагая детям то, что для них значимо в данный момент жизни. Отсутствует жёсткая методическая и содержательная регламентация деятельности. Управление деятельностью детей осуществляется на основе гуманных методов и приёмов воспитания, ориентация на развитие индивидуальных, личностных свойств ребёнка. Целесообразно обеспечиваются условия для совместной деятельности воспитателя и детей.

В самостоятельной деятельности детей ставятся цели по обеспечению возможностей их саморазвития и творческой активности, способностей, перспектив. Воспитатель лишь создаёт окружающую развивающую среду для свободной

самостоятельной деятельности детей, этим самым обеспечивая им выбор, в каком направлении будут развиваться интересы каждого ребёнка. Ребёнок имеет право выбора, самореализации, умение действовать в группе сверстников. Деятельность педагога осуществляется на основе анализа и педагогической диагностики.

Организация организованной образовательной деятельности.

Организованная образовательная деятельность (ООД) в дошкольном учреждении начинается с 9.00 часов.

В рамках реализации образовательной программы при организации образовательного процесса обеспечивается оптимальная образовательная нагрузка на дошкольников с учетом:

- возраста;
- индивидуальных особенностей и состояния здоровья детей;
- цикличности физиологических функций организма детей в течении дня, недели, года;
- уровня сложности, последовательности, продолжительности непосредственно образовательной деятельности;
- вариативности и интегративности образовательной деятельности;
- сбалансированности различных видов деятельности.

Образовательная нагрузка, а именно количество и продолжительность **в неделю** организованной образовательной деятельности (основной) и совместной образовательной дополнительной деятельности (дополнительной) составляет:

- ✓ 1 младшая гр. - 11 занятий (1 ч 40 мин)
- ✓ 2 младшая гр. - 11 занятий (2 ч 45 мин)
- ✓ Средняя гр. - 11 занятий (3 ч 40 мин)
- ✓ Старшая гр. - 14 занятий (5 ч 50 мин)
- ✓ Подготовительная гр. - 15 занятий (7 час 30мин)

Для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность непрерывной организованной образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность непрерывной организованной образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 50 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на организованную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности - 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. В середине организованной

образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные и музыкальные ОД.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют 3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

В соответствии с САНПИН рекомендуемое количество детей при организации ОД по физическому развитию в группе от 2 лет до 3 лет составляет 8-12 детей, продолжительность 10-15 минут.

ОД по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю. Длительность ОД по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

ОД по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю. Длительность ОД по физическому развитию зависит от возраста детей.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать ОД по физическому развитию детей на открытом воздухе.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях организованную образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Вариативная часть Программы (дополнительная образовательная деятельность).

Для детей вторых младших и средних групп один час (по выбору) отводится на дополнительную образовательную деятельность.

Для детей старших и подготовительных групп - два часа (по выбору).

Дополнительная образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста осуществляются по программам дошкольного образования, утвержденных на педагогическом совете ДОУ.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ – детского сада №27 «Чебурашка»
Т.Л. Сергеева /



1.1 Годовой календарный учебный график МБДОУ-д/с №27 «Чебурашка» на 2021-2022г.

№	Содержание	Наименование возрастных групп				Подготовительная группа
		Вторая гр. раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	
1	Количество возрастных групп	2	3	3	1	2
		Всего: 10 групп				
2	Начало учебного года/ Окончание учебного года	01.09.2021/ 30.05.2022				
3	Продолжительность учебной недели	5 дней (понедельник-пятница)				
4	Продолжительность учебного года	38 недель				
6	Режим работы ДОУ в учебном году	07.30 – 18.00 (10.5 часов)				
7	Режим работы ДОУ в летний оздоровительный период	07.30 – 18.00 (10.5 часов)				
8	График каникул	Зимние каникулы 01.01.2022– 09.01.2022				
	Летний оздоровительный период	С 30.05.2022– 31.08.2022				
9	Педагогическая диагностика	- на начало учебного года (октябрь); - на конец учебного года (апрель).				
10	Праздничные (выходные) дни	4 ноября День народного единства Новогодние каникулы (01-09.01.2022г.) 23 февраля День защитника Отечества (23.02.2022г.) 8 марта Международный женский день (06.03-08.03.2022г.) 1 – мая Праздник весны и труда (01-03.05.20г.) 9 мая – День Победы (30.04-03.05.2022 г.; 07.05.-10.05.2022) 12 июня – День России				

Утверждаю
Заведующий МБДОУ-детского сада № 27 «Чебурашка»



2. Учебный план МБДОУ-детского сада № 27 «Чебурашка» на 2021-2022 учебный год

Составлен в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ-д/с № 27 «Чебурашка»,

ПООП ДО «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой -2020г.

И СанПин 3.3686-21 от 01.09.2021

2.1 Возрастные образовательные нагрузки.

Возрастные образовательные нагрузки.

	Вторая группа раннего возраста		младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа	
	Основны е	Ос нов - ны е	Доп олни тель ные	Осно вные	Доп олни тель ные	Ос нов ны е	Допо лни тель ные	Осно вные	Дополни тельные	
Длительно сть условного учебного часа	10 мин.	15 мин.		20 мин.		25 мин.		30 мин.		
Количество ООД	10	11	1	11	1	13	2	14	2	
	1 ч 30 мин	3 ч 00 мин	15 мин	4 ч 40 мин	20 мин	6 ч 50 мин	50 мин	9 ч. 00 мин	60 мин	
Итого ООД и ДОД:	10 занятий/ 1 ч 30 мин	12 занятий/ 3 ч 00 мин		12 занятий/ 5 ч 00 мин		15 занятий / 7 ч 40 мин		15 занятий / 10 ч.00 мин		

2. 2 БЛОК БАЗОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК

по основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией

Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ.

№ п/п	Виды образовательной деятельности Вторая группа раннего возраста	Количество	
		В неделю	В год
1	Физическая культура	3	144
2	Познавательное развитие (познавательно-исследовательская деятельность/ ознакомление с предметным окружением/социальным миром/миром природы)	1	36
3	Развитие речи	2	72
4	Рисование	1	36
5	Лепка/конструирование	1	18.5
6	Музыка	2	96
	Итого: всего занятий	11	421
	Общее астрономическое время	1ч 40 мин	76ч
<u>младшая группа</u>			
1	Физическая культура	3	144
2	Познавательное развитие (ФЭМП)	1	36
3	Познавательное развитие (познавательно-исследовательская деятельность/ ознакомление с предметным окружением/социальным миром/миром природы)	1	36
4	Развитие речи	1	36
5	Рисование	1	36
6	Лепка/аппликация	1	36
7	Конструирование, робототехника	1	36
8	Музыка	2	72
	Итого: всего занятий	11	456
	Общее астрономическое время	2ч 45 мин	114 час
8	<i>ДОД (часть, формируемая участниками образовательного процесса)</i>	1	36

<u>Средняя группа</u>			
1	Физическая культура	3	144
2	Познавательное развитие (ФЭМП)	1	36
3	Познавательное развитие (познавательно-исследовательская деятельность/ ознакомление с предметным окружением/социальным миром/миром природы)	1	36
4	Развитие речи	1	36
5	Рисование	1	36
6	Лепка/аппликация	1	36
7	Конструирование, робототехника	1	36
8	Музыка	2	96
	Итого: всего занятий Общее астрономическое время	10 3ч 20 мин	456 152 час
8	<i>ДОД (часть, формируемая участниками образовательного процесса)</i>	1	36
<u>Старшая группа</u>			
1	Физическая культура (1 на воздухе)	3	144
2	Познавательное развитие (ФЭМП)	1	36
3	Познавательное развитие (познавательно-исследовательская деятельность/ ознакомление с предметным окружением/социальным миром)	1	36
4	Развитие речи	2	72
5	Рисование	2	72
6	Лепка/аппликация	1	36
7	Конструирование, робототехника	1	36
8	Музыка	2	96
	Итого: всего занятий Общее астрономическое время	13 5ч 40 мин	528 205 час
8	<i>ДОД (часть, формируемая участниками образовательного процесса)</i>	2	72
<u>Подготовительная группа</u>			
1	Физическая культура (1 на воздухе)	3	144
2	Познавательное развитие (познавательно-исследовательская деятельность/ ознакомление с предметным окружением/социальным миром,	1	36

	природой)		
3	Познавательное развитие (ФЭМП)	2	72
4	Развитие речи	2	72
5	Рисование	2	72
6	Лепка/аппликация	1	36
7	Конструирование, робототехника	1	36
8	Музыка	2	96
	Итого: всего занятий Общее астрономическое время	14 7 ч. 00 мин.	564 264час
10	<i>ДОД (часть, формируемая участниками образовательного процесса)</i>	2	72

5. Модель организации двигательного режима

Модель двигательного режима для детей 2–3 лет

Форма двигательной деятельности	Особенность организации
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность 5 мин. <i>Комплекс составляется на 2 недели.</i> <i>Формы проведения ОД: традиционные, игровое, сюжетно-игровое</i>
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания ОД), длительность 1-2 мин <i>Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий</i>
Организованная игровая двигательная деятельность (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность 10-15 мин <i>используются как часть физкультурного ОД, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности; подбираются в соответствии с местом и временем ее проведения.</i>
Гимнастика после сна	ежедневно после дневного сна, длительность 3–5 мин
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения одновременно, <i>используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми</i>
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с контрастными воздушными ваннами	3 раза в неделю после дневного сна в течение 3 мин
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно 5-10 мин. , <i>утром и вечером на прогулке</i>
Динамическая пауза	во время ОД, 2 мин. , по мере утомляемости детей; <i>рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления; могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.</i>
Игры с движениями и словами	ежедневно, <i>утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке, 5-10 мин.</i>
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, <i>проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.</i>
Организованная образовательная деятельность в режиме дня	
ОД физическая культура	2 раза в неделю, 10 -15 мин. <i>Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету</i>
ОД Музыка	2 раза в неделю, 8-10 мин
Самостоятельная	Ежедневно, под руководством воспитателя, в

	<i>времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.</i>
Организованная образовательная деятельность в режиме дня	
ОД Физическая культура	3 раза в неделю, 15 мин <i>Формы проведения ОД: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету</i>
ОД Музыка	2 раза в неделю, 15 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	1 раз в год
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1 раз в месяц, длительность 20 мин

Модель двигательного режима для детей 4–5 лет

Форма двигательной деятельности	Особенность организации
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность 6–8 мин
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания ОД), длительность 2–3 мин. <i>Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.</i>
Двигательная разминка во время перерыва между периодами ОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение 10 мин
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность 15–20 мин.
Гимнастика после сна	ежедневно после дневного сна, длительность 5 мин.
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения одновременно, <i>используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми</i>
Пробежки по дорожкам «Здоровья» в сочетании с контрастными воздушными ваннами	ежедневно после дневного сна в течение 5 мин
Индивидуальная работа с детьми по развитию	ежедневно 5-10 мин. , <i>утром и вечером на прогулке</i>

движений	
Динамическая пауза	во время ОД, 3 мин. , по мере утомляемости детей; <i>рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления; могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.</i>
Игры с движениями и словами	ежедневно, <i>утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке, 5-10 мин.</i>
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, <i>проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.</i>
Организованная образовательная деятельность в режиме дня	
ОД Физическая культура	3 раза в неделю, 20 мин. <i>Формы проведения ОД: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.</i>
ОД Музыка	2 раза в неделю, 20 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	1 раза в год
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность 25 мин
Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	1- 2 раза в год, длительность 40–60 мин

Модель двигательного режима для детей 5-6 лет

Форма двигательной деятельности	Особенность организации
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность 8-10 мин
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания ОД), длительность 2–3 мин. <i>Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.</i>
Двигательная разминка во время перерыва между периодами ОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение 10 мин
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность 20-25 мин.

Гимнастика после сна	ежедневно после дневного сна, длительность 5 мин.
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения одновременно, <i>используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми</i>
Пробежки по дорожкам «Здоровья» в сочетании с контрастными воздушными ваннами	ежедневно после дневного сна в течение 5 мин
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно 10-15 мин. , <i>утром и вечером на прогулке</i>
Динамическая пауза	во время ОД, 5 мин. , по мере утомляемости детей; <i>рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления; могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.</i>
Игры с движениями и словами	ежедневно, <i>утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке</i> , 10-15 мин.
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, <i>проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.</i>
Организованная образовательная деятельность в режиме дня	
ОД Физическая культура	3 раза в неделю, одно в часы прогулки, 25 мин. <i>Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.</i>
ОД Музыка	2 раза в неделю, 25 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	1 раза в год
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность 30 мин
Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	2 раза в год, длительность 45–60 мин

Модель двигательного режима для детей 6-7 лет

Форма двигательной деятельности	Особенность организации
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность 10-12 мин
Физкультминутка	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости

(имитационные упражнения)	от вида и содержания ОД), длительность 3-5 мин. <i>Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.</i>
Двигательная разминка во время перерыва между периодами ОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение 10 мин
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность 25-30 мин.
Гимнастика после сна	ежедневно после дневного сна, длительность 5 мин.
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения одновременно, <i>используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми</i>
Пробежки по дорожкам «Здоровья» в сочетании с контрастными воздушными ваннами	ежедневно после дневного сна в течение 5 мин
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно 15-20 мин. , <i>утром и вечером на прогулке</i>
Динамическая пауза	во время ОД, 5 мин. , по мере утомляемости детей; <i>рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления; могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.</i>
Игры с движениями и словами	ежедневно, <i>утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке, 15-20 мин.</i>
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, <i>проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.</i>
Организованная образовательная деятельность в режиме дня	
ОД Физическая культура	3 раза в неделю, одно в часы прогулки, 30 мин. <i>Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.</i>
ОД Музыка	2 раза в неделю, 30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	2 раза в год
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность 35 мин
Физкультурно-спортивные	2–3 раза в год, длительность 50–60 мин