Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
г. Астрахани «Детский сад № 80».
414000, г. Астрахань, ул. Красная набережная, д. 229, к. 1 телефон 49-67-60

МБДОУ Г. АСТРАХАНИ №80
Подписано цифровой подписью: МБДОУ Г. АСТРАХАНИ №80
Дата: 2021.06.10 15:44:29 +04'00'

Утвержден на педагогическом
совете № 1 от 27/08/2020 г.
«УТВЕРЖДАЮ».
Заведующий МБДОУ № 80
Булычева С.В.
Приказ №125-3 от 01/09/ 2020г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения г. Астрахани «Детский сад №80» (МБДОУ г. Астрахани № 80)

на 2020 – 2021 учебный год.

Астрахань 2020

Пояснительная записка

Учебный план МБДОУ г. Астрахани «Детский сад № 80» составлен в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон об образовании), федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», ориентирован на Концепцию дошкольного воспитания, учитывает основные положения инструктивно-методического письма Минобразования России от 14. 03. 2000 № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения», инструктивного письма Минобразования России от 02.06. 1998 № 89/34-16 «О реализации права дошкольных образовательных организаций на выбор программ и педагогических технологий», Устава МБДОУ. Данный учебный план (в части определения) содержательного компонента образовательного процесса) составлен с учетом перспектив в обновлении содержания, зафиксированных в Концепции и программе развития МБДОУ.

В МБДОУ г. Астрахани «Детский сад № 80» функционирует 13 общеразвивающих групп.

Фундамент образовательного процесса составляет основная образовательная программа дошкольного образования, разработанная и утвержденная в МБДОУ в соответствии с требованиями ФГОС ДОО. Программа базируется на положениях примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» и направлена на решение следующих задач:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательной организации и семьи;

- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

Программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации развития детей дошкольного возраста ориентирована на создание условий социальной ситуации развития дошкольников, открывающей возможности позитивной социализации ребенка, его всестороннего личностного морально-нравственного и познавательного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе соответствующих дошкольному возрасту видов деятельности (игры, изобразительной деятельности, конструирования, восприятия сказки и р.), сотрудничества с взрослыми и сверстниками.

Для успешной реализации программы в МБДОУ обеспечиваются следующие психолого-педагогические условия:

- уважение педагогов к человеческому достоинству воспитанников, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

- использование в образовательном процессе форм и методов работы с детьми, соответствующих их психолого-возрастным и индивидуальным особенностям;

- построение образовательного процесса на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- поддержка педагогами положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия в разных видах деятельности;

- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических видах деятельности;

- возможность выбора материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

- защита от всех форм физического и психического насилия;

- построение взаимодействия с семьями воспитанников в целях осуществления полноценного развития каждого ребенка, вовлечение семей в образовательный процесс.

Содержание программы предусматривает постепенный переход от развития элементарных представлений об объекте до установления связей и зависимых отношений между предметами и явлениями; формирует способы познания (сенсорный анализ, построение наглядных моделей и др.). Программа обеспечивает развитие способностей к самостоятельной интеллектуальной деятельности, поддерживает интерес к экспериментированию, способствует сохранению и поддержке индивидуальности ребенка, развитию его индивидуальных особенностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой. К программе прилагаются разработанные характеристики

поуровневого освоения программы по каждому разделу для отслеживания динамики развития воспитанников (мониторинга).

Данная программа максимально учитывает сенситивные периоды в развитии детей раннего возраста, ориентирована на стойкую мотивацию к различным видам детской деятельности, обеспечивает условия для социального развития адекватного каждому возрастному этапу.

Годовой календарный график МБДОУ

Организованные занятия начинаются с 1 сентября.
- с 1 сентября по 11 сентября – адаптационный, диагностический период;
- с 14 сентября по 30 октября – учебный период;
- со 2 ноября по 6 ноября – «творческие каникулы» (время, когда воспитатели и специалисты вместе с детьми проводят праздники,досуги и развлечения);
- с 9 ноября по 18 декабря – учебный период;
- с 21 декабря по 8 января – новогодние каникулы;
- с 11 января по 19 марта – учебный период;
- с 22 марта по 26 марта – «творческие каникулы»;
- с 29 марта по 14 мая – учебный период;
- с 17 мая по 31 мая – диагностический период (период, во время которого педагоги выявляют уровень и проблемы развития детей).
- с 1 июня по 31 августа – летний оздоровительный период (тематические дни, праздники, досуги, развлечения).

Учебный год в МБДОУ начинается с 01.09.2020 г. и заканчивается 31.05. 2021 г. Таким образом, длительность учебного периода 2020-2021 учебного года будет составлять 36 учебных недель.

В дни каникул проводится непосредственно организованная образовательная деятельность только эстетической и оздоровительной направленности (музыкальная и оздоровительная). В летний период организуются подвижные и спортивные игры, праздники и т.д., увеличивается продолжительность прогулок.

Характеристика структуры учебного плана непосредственно организованной образовательной деятельности

В соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» в структуре учебного плана МБДОУ выделены две части: обязательная и часть, формируемая участниками образовательных отношений. Обязательная часть обеспечивает комплексность подхода, обеспечивая развитие воспитанников во всех пяти взаимодополняющих образовательных областях. Часть, формируемая участниками образовательных отношений, включает представление выбранных и/или разработанных самостоятельно Программ, направленных на развитие детей в одной или нескольких образовательных областях, видах деятельности и/или культурных практиках (далее -

парциальные образовательные программы), методик, форм организации образовательной работы.

В Плане устанавливается соотношение между обязательной частью и частью, формируемой участниками образовательных отношений:

СТРУКТУРА ПЛАНА

- обязательная часть - не менее 60%
- часть, формируемая участниками образовательных отношений - не более 40%

Обязательная часть - не менее 60 процентов от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений - не более 40 процентов от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования. Эта часть Плана, обеспечивает вариативность образования; отражает специфику МБДОУ; позволяет более полно реализовать социальный заказ на образовательные услуги, учитывать специфику национально - культурных, демографических, климатических условий, в которых осуществляется образовательный процесс. Объем учебной нагрузки в течение недели определен в соответствии СанПиН.

В План включены пять направлений, обеспечивающие **познавательное, речевое, социально - коммуникативное, художественно - эстетическое и физическое развитие** детей.

Реализация Плана предполагает обязательный учет принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей. При составлении учебного плана учитывалось соблюдение минимального количества непосредственно организованной образовательной деятельности на изучение каждой образовательной области, которое определено в инвариантной части учебного плана, и предельно допустимая нагрузка. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки. Реализация физического и художественно-эстетического направлений занимает не менее 50% общего времени занятий.

Образовательная деятельность по физической культуре и музыке проводится со всей группой (по условиям МБДОУ). Музыкальное воспитание детей МБДОУ осуществляет музыкальный руководитель.

Для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не превышает 10 мин. Осуществление образовательной деятельности проходит в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут).

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут, а для детей от 6 до 8 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 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность (НОД), проводятся физкультминутки, включающую упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики, снятие мышечной усталости (продолжительность 2-3 минуты). Перерывы между периодами НОД - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 - 30 минут в день. В середине НОД статического характера проводится физкультминутка.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ для детей дошкольного возраста соответствует СанПиН:

	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ	1ч 30мин	2ч 45мин	4 ч	6ч 15 мин	8 ч 30 мин
Продолжительность НОД	Не более 10 мин	не более 15 мин	не более 20 мин	не более 25 мин	не более 30 мин
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в 1 половине дня	-	не более 30 минут	не более 40 минут	не более 45 минут	не более 1,5 часа
Образовательная деятельность по дополнительному образованию проводится не чаще	-	1 раз в неделю (не более 15 мин)	2 раза в неделю (не более 20 минут)	2 раза в неделю (не более 25 минут)	3 раза в неделю (не более 30 минут)
Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут					

На основе Учебного плана разработано Расписание непосредственно образовательной деятельности на неделю, не превышающее учебную нагрузку. В расписании учтены психовозрастные возможности детей, продолжительность видов образовательной деятельности в день в каждой возрастной группе. Образовательная деятельность проводится с несколькими детьми, с подгруппой или со всей группой. Предусматривается рациональное для детей каждого возраста чередование умственной и физической нагрузки.

Учебный план
непосредственно организованной образовательной деятельности

№	***Вид организованной образовательной деятельности***	***Периодичность и объем организованной образовательной деятельности в неделю, мин.***				
		1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1	ПОЗНАНИЕ					
	Конструирование	1/10 в чередовании с лепкой	-	-	-	-
	Формирование элементарных математических представлений	-	1/15	2/20	2/25	2/30
	Формирование целостной картины мира, расширение кругозора	1/10	1/15	1/20	1/25	1/30
2	КОММУНИКАЦИЯ	2/10	1/15	1/20	2/25	2/30
3	ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
4	ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО					
	Рисование	1/10	1/15	1/20	1/25	1/30
	Аппликация	-	1/15	1/20	1/25	1/30

	Лепка	1/10 в чередовании в чередовании с конструированием	в чередовании	в чередовании	в чередовании	в чередовании
	Ручной труд	-				
5	МУЗЫКА	2/10	2/15	2/20	2/25	2/30
6	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	3/10	3/15	3/20	3/25	3/30
Итого НОД в неделю		10	10	11	12	12
Итого минут в день		20	30	40-60	50-75	60-90
Итого минут в неделю		100 (1 ч. 40 м.)	150 (2 ч. 30м.)	220 (3 ч. 40 м.)	300 (5ч.00 мин.)	360 (6ч. 00 м.)

Планирование образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность					
Базовый вид деятельности	**Периодичность**				
	Вторая группа раннего возраста	**Младшая группа**	**Средняя группа**	**Старшая группа**	**Подготовительная группа**
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Основы науки и естествознания	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Развитие речи,основы грамотности	2 раза в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Рисование	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Лепка	1 раз в 2 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели

Ручной труд	-	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели
Аппликация	-	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели	1 раз в 3 недели
Конструирование	1 раз в 2 недели	-	-	-	-
Математическое развитие	-	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Музыка	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
ИТОГО	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	11 занятий в неделю	12 занятий в неделю	12 занятий в неделю
Образовательная деятельность в ходе режимных моментов					
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурства	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей					
Игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

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.** *Комплекс составляется на 2 недели. Формы проведения занятий: традиционные, игровое, сюжетно-игровое*
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания НОД), длительность **1-2 мин** *Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий*
Организованная игровая двигательная деятельность (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность **10-15 мин** *используются как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности; подбираются в соответствии с местом и временем ее проведения.*
Динамическая гимнастика	ежедневно после дневного сна, длительность **3–5 мин**
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения единовременно, *используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми*
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**., *утром и вечером на прогулке*
Динамическая пауза	во время занятий**, 2 мин**., по мере утомляемости детей; *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.*
Игры с движениями и словами	ежедневно, *утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке*, **5-10 мин.**
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, *проводится в любой удобный*

	отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.
Гимнастика для глаз	ежедневно **3 мин.**, *в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.*
Гимнастика корригирующая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня	
Занятие физической культурой	2 раза в неделю, одно в часы прогулки, **10 мин.** *Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету*
Музыкальное занятие (с элементами хореографии)	2 раза в неделю, **10 мин**
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	2 раза в год (январь, март)
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1 раз в месяц, длительность **15 мин**
Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность МБДОУ и семьи	
Домашние задания	Ежедневно, продолжительность **10 мин** *(определяется воспитателем)*
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МБДОУ	Подготовка и проведение физкультурных досугов, Дней здоровья

Модель двигательного режима для детей 3–4 лет

Форма двигательной деятельности	**Особенность организации**
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность **5 мин.** *Комплекс составляется на 2 недели. Формы проведения занятий: традиционные,*

	игровое, сюжетно-игровое
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания НОД), длительность **2 мин**. *Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.*
Организованная игровая двигательная деятельность (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность **10-15 мин.** *2-3 игры разной подвижности в соответствии с программой и временем года.*
Динамическая гимнастика	ежедневно после дневного сна, длительность **5 мин**
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения единовременно, *используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми*
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с контрастными воздушными ваннами	3 раза в неделю после дневного сна в течение **5 мин**
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно **5-10 мин**., *утром и вечером на прогулке*
Динамическая пауза	во время занятий, **3 мин**., по мере утомляемости детей; *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.*
Игры с движениями и словами	ежедневно, *утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке*, **5-10 мин.**
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, *проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.*
Гимнастика для глаз	ежедневно **3 мин**., *в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.*
Гимнастика корригирующая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня	

Занятие физической культурой	2 раза в неделю, одно в часы прогулки, **10 мин** *Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету*
Занятие хореографией	1 раз в неделю, **15 мин.**
Музыкальное занятие (с элементами хореографии)	2 раза в неделю, **10 мин**
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	2 раза в год (январь, март)
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурные и спортивные досуги	1 раз в месяц, длительность **15 мин**
Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность МБДОУ и семьи	
Домашние задания	Ежедневно, продолжительность **10 мин** (определяется воспитателем)
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МБДОУ	Подготовка и проведение физкультурных досугов, Дней здоровья

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 НОД), длительность **2–3 мин.** *Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.*
Двигательная разминка во время перерыва между периодами НОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение **10 мин**
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность **15–20 мин.**
Динамическая гимнастика	ежедневно после дневного сна, длительность

	5 мин.
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения единовременно, *используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми*
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с контрастными воздушными ваннами	3 раза в неделю после дневного сна в течение **5 мин**
Специально организованная дозированная ходьба	Ежедневно на дневной и вечерней прогулке, длительность **3–5 мин**
Оздоровительный бег	2 раза в неделю, длительность **3–5 мин**
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно **5-10 мин.**, *утром и вечером на прогулке*
Динамическая пауза	во время занятий**, 3 мин.**, по мере утомляемости детей; *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.*
Игры с движениями и словами	ежедневно, *утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке*, **5-10 мин.**
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, *проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.*
Гимнастика для глаз	ежедневно **3 мин.**, *в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.*
Гимнастика корригирующая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня	
Занятие физической культурой	2 раза в неделю, одно в часы прогулки, **20 мин.** *Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.*
Занятие хореографией	1 раз в неделю, **20 мин.**
Музыкальное занятие (с элементами хореографии)	2 раза в неделю, **20 мин**
Самостоятельная двигательная	Ежедневно, под руководством воспитателя, в

деятельность	зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	2 раза в год (январь, март)
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	2–3 раза в год, длительность **40–60 мин**
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность **25 мин**
Совместная физкультурно-оздоровительная работа МБДОУ и семьи	
Домашние задания	Ежедневно **10 мин** (определяется воспитателем)
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МБДОУ	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, Дней здоровья

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 НОД), длительность **2–3 мин.** *Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.*
Двигательная разминка во время перерыва между периодами НОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение **10 мин**
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность **20-25 мин.**
Динамическая гимнастика	ежедневно после дневного сна, длительность **5 мин.**
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения единовременно, *используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна,*

	физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с контрастными воздушными ваннами	3 раза в неделю после дневного сна в течение **5 мин**
Специально организованная дозированная ходьба	Ежедневно на дневной и вечерней прогулке, длительность **5-10 мин**
Оздоровительный бег	2 раза в неделю, длительность **5-10 мин**
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно **10-15 мин**., *утром и вечером на прогулке*
Динамическая пауза	во время занятий**, 5 мин**., по мере утомляемости детей; *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.*
Игры с движениями и словами	ежедневно, *утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке*, **10-15 мин.**
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, *проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.*
Гимнастика для глаз	ежедневно **5 мин**., *в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.*
Гимнастика корригирующая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня	
Занятие физической культурой	2 раза в неделю, одно в часы прогулки, **25 мин.** *Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.*
Занятие хореографией	1 раз в неделю, **25 мин.**
Музыкальное занятие (с элементами хореографии)	2 раза в неделю, **25 мин**
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в зависимости от индивидуальных особенностей
Физкультурно-массовые мероприятия	
Неделя здоровья	2 раза в год (январь, март)

День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурно-спортивные праздники на открытом воздухе	2–3 раза в год, длительность **45–60 мин**
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность **30 мин**
Совместная физкультурно-оздоровительная работа МБДОУ и семьи	
Домашние задания	Ежедневно **10 мин** (определяется воспитателем)
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МБДОУ	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, Дней здоровья

Модель двигательного режима для детей 6-8 лет

Форма двигательной деятельности	**Особенность организации**
Физкультурно-оздоровительные мероприятия	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в группе, длительность **10-12 мин**
Физкультминутка (имитационные упражнения)	Ежедневно (по мере необходимости и в зависимости от вида и содержания НОД), длительность **3-5 мин.** *Комплексы подбираются с учетом характера предшествующих занятий.*
Двигательная разминка во время перерыва между периодами НОД (игровые упражнения)	Ежедневно в течение **10 мин**
Организованная игровая двигательная деятельность на участке (подвижные игры, спортивные упражнения)	Ежедневно, длительность **25-30 мин.**
Динамическая гимнастика	ежедневно после дневного сна, длительность **5 мин.**
Дыхательная гимнастика	ежедневно, 1-2 упражнения единовременно, *используется при проведении утренней и бодрящей гимнастики после сна, физкультурных занятий, в индивидуальной работе с детьми*
Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с	3 раза в неделю после дневного сна в течение **5 мин**

контрастными воздушными ваннами	
Специально организованная дозированная ходьба	Ежедневно на дневной и вечерней прогулке, длительность **10-15 мин**
Оздоровительный бег	2 раза в неделю, длительность **10-12 мин**
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	ежедневно **15-20 мин.**, *утром и вечером на прогулке*
Динамическая пауза	во время занятий**, 5 мин.**, по мере утомляемости детей; *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.*
Игры с движениями и словами	ежедневно, *утром и вечером перед проведением режимных моментов, на прогулке*, **15-20 мин.**
Гимнастика пальчиковая	ежедневно, *проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время), рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.*
Гимнастика для глаз	ежедневно **5 мин.**, *в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.*
Гимнастика корригирующая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Непосредственно образовательная деятельность в режиме дня	
Занятие физической культурой	2 раза в неделю, одно в часы прогулки, **30 мин.** *Формы проведения занятий: традиционные, игровое, по единому игровому сюжету.*
Занятие хореографией	1 раз в неделю, **30 мин.**
Музыкальное занятие (с элементами хореографии)	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 (январь, март)
День здоровья	1 раз в месяц, в течение дня, последняя неделя месяца
Физкультурно-спортивные праздники на открытом	2–3 раза в год, длительность **50–60 мин**

воздухе	
Физкультурные и спортивные досуги	1–2 раза в месяц, длительность **35 мин**
Совместная физкультурно-оздоровительная работа МБДОУ и семьи	
Домашние задания	Ежедневно **10 мин** (определяется воспитателем)
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях МБДОУ	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, Дней здоровья