

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 440 Приморского района Санкт – Петербурга имени П.В. Виттенбурга  
Отделение дошкольного образования детей

ПРИНЯТ

УТВЕРЖДЕН

решением Педагогического совета  
ГБОУ школа № 440 имени  
П.В. Виттенбурга  
протокол от «27 »августа 2026 г. № 15

И.о.директора ГБОУ школы 440  
им. П.В.Виттенбурга  
\_\_\_\_\_З.В. Габай  
Приказ от 04.09.2026 № 30-ОД

СОГЛАСОВАН

заведующий ОДОД ГБОУ школа № 440  
имени П.В. Виттенбурга  
\_\_\_\_\_Т.В. Наумова

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Отделения дошкольного образования детей  
Государственного бюджетного общеобразовательного  
учреждения средней общеобразовательной школы № 440  
Приморского района Санкт – Петербурга имени П. В.  
Виттенбурга**

**на 2026-2027 учебный год**

Санкт- Петербург  
2026

## **Пояснительная записка**

Учебный план Отделения дошкольного образования детей Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 440 Приморского района Санкт – Петербурга имени П. В. Виттенбурга (далее ОДОД) является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательного процесса для обучающихся в возрасте от 2 до 7 лет, с учетом его специфики, учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения. Организует и реализует образовательную деятельность по воспитанию, формированию и развитию личности дошкольников с учётом их индивидуальных способностей и возможностей.

Нормативной базой для составления учебного плана являются следующие документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
- Федеральный закон от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 08.11.2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 06. 02.2023 г., регистрационный № 72264);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25.11.2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 г., регистрационный № 71847);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31.08.2020 г., регистрационный № 59599);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 30.09.2022 г. № 874 «Об утверждении

Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ»

- Санитарные правила СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" Постановление Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №19 (зарегистрировано Минюстом России 2 июня 2026, регистрационный № 86855).

- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 31.01.2022 № 167-р "Об утверждении порядка комплектования воспитанниками государственных образовательных учреждений, реализующих образовательную программу дошкольного образования, находящихся в ведении администраций районов Санкт-Петербурга"

- Устав ГБОУ школы № 440 имени П.В. Виттенбурга
- Образовательная программа дошкольного образования ГБОУ школы № 440 имени П.В. Виттенбурга

#### **Основными задачами планирования являются:**

1. Регулировать объем образовательной нагрузки.
2. Реализация ФОП ДО и ФГОС ДО.
3. Обеспечение углубленной работы по всем направлениям деятельности ОДОД.

Образовательная организация реализует образовательную программу дошкольного образования ГБОУ школы № 440 имени П.В. Виттенбурга.

Приоритет программы – физическое развитие детей дошкольного возраста в различных видах деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Программа отвечает образовательному запросу социума, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Программа направлена на:

Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами

- создание условий развития детей, открывающих возможности для их позитивной социализации, их личностного развития,
- развития инициативы и творческих способностей, на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

**Для образовательной организации основными целями являются:**

- создание условий для реализации гарантированного гражданам Российской Федерации права на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования;
- осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии воспитанников;
- воспитание с учетом возрастных категорий воспитанников гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье;
- обеспечение познавательного, речевого, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития воспитанников;
- охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников

**Уточняя и дополняя задачи реализации образовательной программы, необходимо отметить, что средствами УМК осуществляется решение следующих задач:**

1. Обеспечение ребенку возможности радостно и содержательно проживать дошкольные годы.
2. Обеспечение охраны и укрепления его здоровья (как физического, так и психического).
3. Всестороннее и своевременное психическое развитие; формирование активного и бережно-уважительного отношения к окружающему миру; приобщение к основным сферам человеческой культуры (труду, знаниям, искусству, морали).

| Наименование парциальной программы                                                                  | Цели и задачи парциальной программы                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Программа «Первые шаги»<br/>«Петербурговедение для малышей<br/>от 3 до 7 лет. Г.Т. Алифанова</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Способствовать эмоционально-ценностному восприятию ребенком города как «своего мира», представляющего значимость для него при условии</li> </ul> |

|                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | <p>взаимодействия с объектами городской среды и людьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать, формировать и совершенствовать этико-культурологическую, эстетико-эмоциональную сферу и интеллектуальных возможностей и способностей детей школьного возраста через ознакомление с историческим прошлым и настоящим Санкт-Петербурга;</li> <li>• Воспитывать социальные навыки жизни в мегаполисе, способствуя успешной социальной адаптации в дальнейшей жизни.</li> <li>• Пробудить у детей познавательный интерес к изучению своего города, представив каждому ребенку возможность открыть «новое» в знакомом городском окружении.</li> <li>• Сформировать представления о ценности объектов городской среды для воспитанников и других людей.</li> <li>• Обогащать имеющийся опыт ребенка знаниями: <ul style="list-style-type: none"> <li>- об уникальности и неповторимости природного и культурного наследия города (на примере важнейших памятников природы, достопримечательностей Петербурга, места проживания детей);</li> <li>- о неповторимости ансамблей исторического центра города.</li> </ul> </li> <li>• Способствовать формированию коммуникативных компетенций детей с проблемами в развитии, воспитывать развитие личностного потенциала и адаптационных основ поведения жизни в мегаполисе.</li> </ul> |
| <p><b>Программа «Цветные ладошки»</b><br/><b>И.А. Лыкова</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование у детей раннего и дошкольного возраста эстетического отношения и художественно-творческих</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>способностей в изобразительной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие эстетического восприятия художественных образов (в произведениях искусства) и предметов (явлений) окружающего мира как эстетических объектов.</li> <li>• Создание условий для свободного экспериментирования с художественными материалами и инструментами.</li> <li>• Ознакомление с универсальным «языком» искусства - средствами художественно-образной выразительности.</li> <li>• Амплификация (обогащение) индивидуального художественно-эстетического опыта (эстетической апперцепции): «осмысленное чтение» - распрямление и опредмечивание - художественно-эстетических объектов с помощью воображения и эмпатии (носителем и выразителем эстетического выступает цельный художественный образ как универсальная категория); интерпретация художественного образа и содержания, заключённого в художественную форму.</li> <li>• Развитие художественно-творческих способностей в продуктивных видах детской деятельности.</li> <li>• Воспитание художественного вкуса и чувства гармонии.</li> <li>• Создание условий для многоаспектной и увлекательной активности детей в художественно-эстетическом освоении окружающего мира.</li> </ul> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование эстетической картины мира и основных элементов «Я - концепции-творца».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Программа «Ладушки»</b><br><b>И.М Каплунова,</b><br><b>И.А. Новоскольцева</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовить детей к восприятию музыкальных образов и представлений.</li> <li>• Заложить основы гармонического развития (развитие слуха, голоса, внимания, движения, чувства ритма и красоты мелодии, развитие индивидуальных музыкальных способностей).</li> <li>• Приобщить детей к русской народно-традиционной и мировой музыкальной культуре.</li> <li>• Подготовить детей к освоению приемов и навыков в различных видах музыкальной деятельности адекватно детским возможностям.</li> <li>• Развивать коммуникативные способности.</li> <li>• Научить детей творчески использовать музыкальные впечатления в повседневной жизни.</li> <li>• Познакомить детей с разнообразием музыкальных форм и жанров в привлекательной и доступной форме.</li> <li>• Обогащать детей музыкальными знаниями и представлениями в музыкальной игре.</li> <li>• Развивать детское творчество во всех видах музыкальной деятельности.</li> </ul> |
| <b>Программа «Добро пожаловать в экологию!» О.А. Воронкевич</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ребенок имеет представление о многообразии растений, животных, их принадлежности к живой природе;</li> <li>• Имеет представление об уходе за растениями и животными;</li> <li>• Имеет конкретное представление о признаках, отличающих человека от растений и животных; - имеет представление о приспособлении живых организмов к среде обитания;</li> <li>• Имеет обобщенное представление о признаках сезона;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Имеет представление о том, что все живые существа растут, развиваются, размножаются;</li> <li>• Знает основные правила поведения человека в экосистемах, обеспечивающих сохранение их целостности.</li> </ul> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Программы реализуются во взаимодействии друг с другом, органично дополняя друг друга, и направлены на всестороннее развитие детей.

При организации образовательного процесса учитываются интеграции образовательных областей:

**«Социально-коммуникативное развитие»** (формирование социальных отношений, формирование гражданской ответственности и патриотизма, трудовое воспитание, формирование основ безопасного поведения);

**«Познавательное развитие»** (развитие познавательно-исследовательской деятельности, приобщение к социокультурным ценностям, формирование сенсорных эталонов и познавательных действий, математических представлений, знакомство с окружающим миром, природой);

**«Речевое развитие»** (развитие речи: формирование словаря, звуковой культуры речи, грамматического строя речи, связной речи; подготовка детей к обучению грамоте; приобщение к художественной литературе);

**«Художественно-эстетическое развитие»** (приобщение к искусству, изобразительная деятельность: рисование, лепка, аппликация, народное декоративно – прикладное искусство, конструктивно-модельная деятельность, музыкальная деятельность, театрализованная деятельность, культурно – досуговая деятельность);

**«Физическое развитие»** (основная гимнастика: основные движения, общеразвивающие упражнения, строевые упражнения, ритмическая гимнастика; подвижные игры, формирование основ здорового образа жизни; спортивные упражнения, спортивные игры, активный отдых) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

Основу организации образовательного процесса составляет комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью. Решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также самостоятельной деятельности детей.

**Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями, состоянием здоровья**

Оптимальные условия для развития ребенка – это продуманное соотношение свободной, регламентируемой и нерегламентированной (совместная деятельность педагогов и детей и самостоятельная деятельность детей) форм деятельности ребенка. Образовательная деятельность вне организованных занятий обеспечивает максимальный учет особенностей и возможностей ребенка, его интересы и склонности. В течение дня во всех возрастных группах предусмотрен определенный баланс различных видов деятельности: для детей в возрасте 2-3 года – группа раннего возраста - группа полного дня (12 часов); для детей в возрасте 3-7 лет- группы полного дня (12 часов).

| Возраст детей | Регламентируемая деятельность (Занятия) | Нерегламентированная деятельность, час |                              |
|---------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------|
|               |                                         | Совместная деятельность                | Самостоятельная деятельность |
| 2 – 3 года    | 2 по 10 мин                             | 6 – 6,5                                | 3 – 4                        |
| 3 – 4 года    | 2 по 15 мин                             | 7 – 7,5                                | 3 – 4                        |
| 4 – 5 лет     | 2 по 20 мин                             | 7                                      | 3 – 3,5                      |
| 5 – 6 лет     | 2-3 по 20- 25 мин                       | 6 – 6,5                                | 2,5 – 3,5                    |
| 6 – 7 лет     | 3 по 30 мин.                            | 5,5 – 6                                | 2,5 – 3                      |

**Формы организации специально организованной образовательной деятельности (занятий):**

- для детей с 2 лет до 3 лет – подгрупповая;
- в дошкольных группах - подгрупповые, фронтальные

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует действующим санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам. Для детей в возрасте от 2 до 3 лет непосредственно образовательная деятельность составляет не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений).

Продолжительность специально организованной образовательной деятельности не более 10 минут.

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

Во второй группе раннего возраста – 1 час 50 мин.

В младшей группе (дети четвертого года жизни) – 2 часа 45 мин.,

В средней группе (дети пятого года жизни) – 4 часа 20 мин.

В старшей группе (дети шестого года жизни) – 5 часов 50 минут,

В подготовительной к школе группе (дети седьмого года жизни) – 7 часов 30 минут.

Продолжительность специально организованной образовательной деятельности (занятий) - для детей 3-го года жизни - не более 10 мин, для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в во второй группе раннего возраста, младшей и средней группах не превышает 20, 30 и 40 минут соответственно,

в старшей и подготовительной 60 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на специально организованную образовательную деятельность (занятия), проводят физкультминутку. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут

Непосредственно организованная образовательная деятельность физкультурно – оздоровительного и художественно – эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на образовательную деятельность (занятия).

Специально организованная образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности (вторник, среда), сочетается с физкультурными и музыкальными занятиями.

В соответствии с Законом «Об образовании РФ» от 29.12 2012 №273 – ФЗ для воспитанников ОДОД предлагаются дополнительные образовательные услуги, которые организуются в вечернее время 2 – 3 раза в неделю продолжительностью 25 – 30 минут (средний и старший дошкольный возраст)

**Учебный план**  
**ОДОД ГБОУ школы № 440 имени П.В. Виттенбурга**

**на 2026 – 2027 учебный год**

**Планирование образовательной деятельности при работе по пятидневной неделе**  
**(количество раз в неделю)**

| <b>Специально организованная образовательная деятельность</b> |                                                           |                                                           |                                                           |                                                           |                                                           |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| <b>Базовый вид деятельности</b>                               | <b>Периодичность</b>                                      |                                                           |                                                           |                                                           |                                                           |
|                                                               | <b>Группа раннего возраста</b>                            | <b>Младшая группа</b>                                     | <b>Средняя группа</b>                                     | <b>Старшая группа</b>                                     | <b>Подготовительная к школе группа</b>                    |
| 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 (по погодным условиям)        | 1 раз в неделю в виде активно - двигательной деятельности | 1 раз в неделю в виде активно - двигательной деятельности | 1 раз в неделю в виде активно - двигательной деятельности | 1 раз в неделю в виде активно - двигательной деятельности | 1 раз в неделю в виде активно - двигательной деятельности |
| Познавательное развитие                                       | 2 раз в неделю                                            | 2 раза в неделю                                           | 2 раза в неделю                                           | 3 раза в неделю                                           | 4 раза в неделю                                           |
| Конструирование/ ручной труд                                  | -                                                         | 1 раз в 2 недели                                          | 1 раз в 2 недели                                          | 1 раз в неделю                                            | 1 раз в неделю                                            |
| Развитие речи                                                 | 2 раз 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                                            | 2 раза в неделю                                           | 2 раза в неделю                                           |
| Лепка                                                         | 1 раз в недели                                            | 1 раз в неделю                                            | 1 раз в неделю                                            | 1 раз в неделю                                            | 1 раз в 2 недели                                          |

|                                                              |                 |                  |                  |                 |                  |
|--------------------------------------------------------------|-----------------|------------------|------------------|-----------------|------------------|
| Аппликация                                                   | -               | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в неделю  | 1 раз в 2 недели |
| Музыка                                                       | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю  | 2 раза в неделю  | 2 раза в неделю | 2 раза в неделю  |
| ИТОГО                                                        | 11 занятий      | 11 занятий       | 11 занятий       | 15 занятий      | 15 занятий       |
| <b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b> |                 |                  |                  |                 |                  |
| 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 / Поручения                                        | Ежедневно       | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно       | Ежедневно        |
| Прогулки                                                     | Ежедневно       | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно       | Ежедневно        |
| <b>Самостоятельная деятельность детей</b>                    |                 |                  |                  |                 |                  |
| Игра                                                         | Ежедневно       | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно       | Ежедневно        |
| Самостоятельная деятельность детей в центрах развития        | Ежедневно       | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно       | Ежедневно        |

| Режим двигательной активности                    |                                                             |                                                                            |                                                                      |                                                                      |                                                                      |                                                                      |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| Формы работы                                     | Виды занятий                                                | Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей |                                                                      |                                                                      |                                                                      |                                                                      |
|                                                  |                                                             | 2-3 года                                                                   | 3-4 года                                                             | 4-5 лет                                                              | 5-6 лет                                                              | 6-7 лет                                                              |
| Физкультурные занятия                            | <i>В помещении</i>                                          | 2 раза в неделю по 8-10 мин                                                | 2 раза в неделю по 15-20 мин                                         | 2 раза в неделю по 20-25мин                                          | 2 раза в неделю по 25-30 мин                                         | 2 раза в неделю по 30-35 мин                                         |
|                                                  | <i>На улице (по погодным условиям)</i>                      | 1 раз в неделю в виде активно-двигательной деятельности по 8-10 мин        | 1 раз в неделю в виде активно-двигательной деятельности по 15-20 мин | 1 раз в неделю в виде активно-двигательной деятельности по 20-25 мин | 1 раз в неделю в виде активно-двигательной деятельности по 25-30 мин | 1 раз в неделю в виде активно-двигательной деятельности по 30-35 мин |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | <i>Утренняя гимнастика (по желанию детей)</i>               | Ежедневно 3-5 мин.                                                         | Ежедневно 5-6 мин.                                                   | Ежедневно 6-8 мин.                                                   | Ежедневно 8-10 мин.                                                  | Ежедневно 10-12 мин.                                                 |
|                                                  | <i>Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке</i> | Ежедневно по 8-10 мин.                                                     | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 15-20 мин.                     | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 20-25 мин.                     | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 25-30 мин.                     | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 30-40 мин.                     |
|                                                  | <i>Физкультминутки (в середине статического занятия)</i>    | 1-3 мин ежедневно в зависимости от вида и                                  | 3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и                            | 3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и                            | 3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и                            | 3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и                            |

|                                                                    |                                                                                                                        |                        |                               |                               |                                  |                               |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|
|                                                                    |                                                                                                                        | содержани<br>я занятия | содержани<br>я занятия        | содержани<br>я занятия        | содержани<br>я занятия           | содержани<br>я занятия        |
| <b>Активный<br/>отдых</b>                                          | <i><b>Физкультурный<br/>досуг</b></i>                                                                                  | -                      | 1 раз в<br>месяц по<br>20 мин | 1 раз в<br>месяц по<br>20 мин | 1 раз в<br>месяц по<br>30-40 мин | 1 раз в<br>месяц по<br>40 мин |
|                                                                    | <i><b>Физкультурный<br/>праздник</b></i>                                                                               | -                      | -                             | 2 раза в<br>год до 45<br>мин  | 2 раза в<br>год до 60<br>мин     | 2 раза в<br>год до 60<br>мин  |
|                                                                    | <i><b>День здоровья</b></i>                                                                                            | 1 раз в<br>месяц       | 1 раз в<br>месяц              | 1 раз в<br>месяц              | 1 раз в<br>месяц                 | 1 раз в<br>месяц              |
| <b>Самостояте-<br/>льная<br/>двигатель-<br/>ная<br/>активность</b> | <i><b>Самостоятельн<br/>ое<br/>использование<br/>физкультурного<br/>и спортивно-<br/>игрового<br/>оборудования</b></i> | Ежедневно              | Ежедневно                     | Ежедневно                     | Ежедневно                        | Ежедневно                     |
|                                                                    | <i><b>Самостоятельн<br/>ые подвижные и<br/>спортивные<br/>игры</b></i>                                                 | -                      | Ежедневно                     | Ежедневно                     | Ежедневно                        | Ежедневно                     |