

ПРИНЯТО  
на заседании Педагогического совета  
протокол  
от « 1 » 09 2022 г. № 1



## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

непосредственной образовательной деятельности  
на 2022/2023 учебный год

муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения "Детский сад общеразвивающего вида №61 "Родничок"  
муниципального образования городской округ Симферополь  
Республики Крым

СОГЛАСОВАНО  
с Советом родителей

Протокол от «01» 09. 2022г. № 1

г. Симферополь, 2022 г.

## **Пояснительная записка**

Учебный план муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад общеразвивающего вида №61 "Родничок" (далее – МБДОУ) является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в образовательном учреждении с учетом специфики МБДОУ, учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения.

Нормативной базой для составления учебного плана МБДОУ являются документы:

### **Законы РФ:**

- Конституция РФ от 12.12.1993 (с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020)
- Семейный кодекс РФ от 08.12.1995 № 223 ФЗ (с изменениями от 02.03.2021);
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998 №124-ФЗ (в редакция от 05.04.2021);
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон от 08.06.2020 № 165-ФЗ «О внесении изменений в статьи 46 и 108 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 21.07.2020 N 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

### **Нормативно-правовые документы Министерства просвещения РФ:**

- Приказ Минпросвещения от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования.
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (ред. от 21.01.2019г);
- Приказ Министерства просвещения России от 15 мая 2020 г. № 236 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования»;

### **Документы Федеральных служб:**

- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года N 4 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 3.3686-21 «Санитарно-эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней»;
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 №544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального, общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

### **Региональные документы**

- Закон Республики Крым от 06.07.2015 №131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;
- Указ Главы Республики Крым от 17 марта 2020 №63-У «О введении режима повышенной готовности на территории Республики Крым» (с изменениями и дополнениями);
- «Методические рекомендации по написанию календарного плана работы педагога в дошкольном образовательном учреждении» Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 16.12.2015 г. № 01-14/3805.

### **Международно-правовые акты:**

1. Конвенция о защите прав человека от 04.11.1950;

2. Конвенция о правах ребёнка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990);
3. Декларация прав ребёнка (провозглашена резолюцией 1386 (XIV) Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1959);

#### **Документы локального уровня:**

- Устав, утвержденный Администрацией г. Симферополя Республики Крым от 23.05.2018г., №2305;
- Свидетельство о государственной регистрации юридического лица (№ 1149102182910);
- Свидетельство о постановке на учет российской организации в налоговом органе по месту ее нахождения ИНН №9102066776;
- Коллективный договор МБДОУ №224, утвержденный 16.02.2021г.;
- Образовательная программа МБДОУ № 61 "Родничок";
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности № 0976 (серия 82Л01 №0001033 от 06.04.2017г.)

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

#### Основными задачами учебного плана являются:

- Обеспечение целостности и единства воспитательно-образовательного процесса как основы повышения качества дошкольного образования.
- Реализация основной образовательной программы дошкольного образования (в том числе и для детей с ограниченными возможностями здоровья).
- Регулирование объема образовательной нагрузки при проведении непосредственно образовательной деятельности.
- Обеспечение единства трех компонентов – федерального, регионального и локальных документов МБДОУ.

При составлении учебного плана учитываются следующие принципы:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости;
- принцип соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности;
- принцип обеспечения единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования дошкольников, в процессе реализации которых формируются знания, умения, навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;

- принцип интеграции непосредственно образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение непосредственно образовательного процесса с учетом возрастных особенностей дошкольников, используя разные формы работы.

Учебный план составлен для 6 возрастных групп общеразвивающего вида:

- группа раннего возраста «Карпузы» - с 2-х до 3-х лет
- вторая младшая группа «Очаровашки» - с 3-х до 4-х лет
- средняя группа «Затейники» - с 4-х до 5-ти лет
- старшая группа «Капитошки» - с 5-ти до 6-ти лет
- старшая группа «Акварельки» - с 5-ти до 6-ти лет
- подготовительная к школе группа «Мечтатели» - с 6-ти до 7-ми лет

## **РЕЖИМ РАБОТЫ МБДОУ № 61 "Родничок" г. Симферополь**

**Режим работы в 2022/2023 учебном году:** Пятидневная рабочая неделя.  
Выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни в соответствии с законодательством Российской Федерации.

**С 7.00 до 17.30:**

- группа раннего возраста «Карпузы»;
- младшая группа «Очаровашки»;
- средняя группа «Затейники»;
- старшая группа «Акварельки»;
- подготовительная группа «Мечтатели»;

**С 7.00 до 19.00:**

- старшая группа «Капитошки».

Образовательный год 2022/2023 начнется 1 сентября 2022 года и закончится 31 августа 2023 года. В середине года (январь) для детей, посещающих ДОУ, организуются недельные каникулы, во время которых

проводится непосредственно образовательная деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства), игровые интегративно-познавательные комплексы, тематические развлечения.

Общая продолжительность года – 365 дней, что составляет 52 недели.

Летний оздоровительный период с 1 июня по 31 августа с включением образовательной деятельности, направленной на систематизацию полученных знаний, совершенствование умений и навыков в соответствии с целевыми ориентирами ООП ДОУ.

Учебный план ДОУ регламентирует непосредственную образовательную деятельность в группах общеобразовательной направленности для детей с 2 до 7 лет. Содержание воспитательно-образовательного процесса определяется основной образовательной программой дошкольного образования.

Продолжительность периодов непосредственно образовательной деятельности в группах меняется в зависимости от периода обучения. В структуре учебного плана учитываются интересы и особенности воспитанников, запросы родителей (законных представителей).

Содержание учебного плана включает в себя интеграцию 5 образовательных областей: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Познавательное развитие», реализуемых в непосредственно образовательной деятельности, самостоятельной деятельности детей, режимных моментах и обеспечивает разностороннее развитие детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

С учетом направлений деятельности ДОУ и особенностями реализуемых программ, а также в соответствии с вышеперечисленными нормативными актами, составлен настоящий учебный план на 2022/2023 учебный год, предусматривающий следующий объем непосредственно образовательной нагрузки.

В случае проведения музыкальных и физкультурных занятий в зале в старшей и подготовительной к школе группах, возможно проведение прогулки между НОД.

<b>Возрастная группа</b>	<b>Продолжительность непрерывной образовательной</b>	<b>Объем образовательной нагрузки в первой половине дня (мин)</b>	<b>Количество недельной образовательной нагрузки (занятий)</b>	<b>Объем недельной образовательной нагрузки (час)</b>
--------------------------	--	---	--	---

	<b>деятельности (мин)</b>			
Группа раннего возраста (с 2 до 3 лет)	8-10	10	10	1 ч 40 мин
Младшая группа (с 3 до 4 лет)	15	30	10	2 ч. 30 мин
Средняя группа (с 4 до 5 лет)	20	40	10	3 ч. 20 мин
Старшая группа (с 5 до 6 лет)	25	75 мин	13	5 ч. 25 мин
Подготовительная группа (с 6 до 7 лет)	30	1 ч 30 мин	15	7ч. 30 мин

### КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

	<b>Образовательные области</b>	<b>Виды занятий</b>	<b>ранний возраст</b>	<b>младшая группа</b>	<b>средняя группа</b>	<b>старшая группа</b>	<b>подгот. группа</b>
1.	<i>Речевое развитие</i>	Развитие речи.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
		Грамота				<b>1</b>	<b>1</b>
1.2	<i>Физическое развитие</i>	Физкультура	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
1.3	<i>Познавательное развитие</i>	Сенсорика, ФЭМП	<b>0.5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
		Ознакомление с окружающим миром	<b>1</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
		Ознакомление с миром природы (региональный компонент)	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>
		Конструирование				<b>0,5</b>	<b>0,5</b>
1.4	<i>Художественно – эстетическое</i>	Рисование	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
		Декоративное рисование				<b>1</b>	<b>1</b>
		Лепка	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>1</b>
		Аппликация	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>
		Музыкальное воспитание	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<i>Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» проходит через все виды занятий в зависимости от организации детей, а также в игре, т.к. этот вид деятельности является ведущим в дошкольном возрасте.</i>							
<b>Всего:</b>			<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>15</b>

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, в старшей и подготовительной - 50 минут и 1,5 часа соответственно. Объем недельной образовательной нагрузки не включает реализацию дополнительных образовательных программ (кружков). Дополнительное образование для детей дошкольного возраста не проводится за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется и во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия.

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется 2 раза в неделю (в спортивном зале), 1 раз – на улице. Непосредственно образовательную деятельность с детьми, наряду с воспитателями, организуют и узкие специалисты из числа педагогических кадров: музыкальный руководитель («Музыкальное воспитание»), инструктор по физической культуре («Физическая культура»).

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

Конструктивная деятельность в группах младшего и среднего возраста планируется во вторую половину дня как организованная продуктивная деятельность.

Художественная литература проводится ежедневно в режимных моментах.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» проходит через все виды занятий в зависимости от организации детей, а также в игре, т.к. этот вид деятельности является ведущим в дошкольном возрасте.

Игровая деятельность	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной игровой деятельности детей и индивидуальной работе.
----------------------	---



Представление о мире людей и рукотворных материалов	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, проектной деятельности в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной игровой деятельности детей и индивидуальной работе.
Трудовая деятельность	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной игровой деятельности детей и индивидуальной работе.
Безопасное поведение в быту, социуме, природе	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, проектной деятельности в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной игровой деятельности детей и индивидуальной работе.

Планирование НОД по образовательной области «Речевое развитие» предполагается по следующим направлениям:

- Речевые занятия в старшей группе: 1- словарь, функции и формы речи, грамматический строй речи. 2- звуковая культура речи.
- Речевые занятия в подготовительной группе: 1- словарь, функции и формы речи, грамматический строй речи; 2 - грамота.

Воспитательно-образовательный день делится на три блока:

1. Утренний блок – продолжительность с 7.00 до 8.45 часов – включает в себя:

- совместную деятельность воспитателя с ребенком;
- свободную самостоятельную игровую деятельность детей;
- индивидуальную работу.

2. Развивающий блок – продолжительность с 9.00 до 11.00 часов – представляет собой организационное обучение согласно учебному плану.

3. Вечерний блок – продолжительность с 15.15 до 19.00 часов – включает в себя:

- совместную деятельность воспитателя и ребенка;
- самостоятельную игровую деятельность ребенка;
- индивидуальную работу.

В 2022/2023 учебном году реализуется модель планирования воспитательно-образовательного процесса, отраженная в рабочих программах педагогов. Основу организации образовательного процесса во всех группах составляет комплексно - тематический принцип с ведущей игровой деятельностью.

Комплексно - тематическое планирование на учебный год охватывает все сферы познавательного развития, ознакомления детей с окружающей действительностью, реализацию регионального компонента.

В учебном плане распределено количество занятий, дающее возможность использовать модульный подход, строить учебный план на

принципах дифференциации и вариативности. При выборе темы недели для групп разных возрастов соблюдается принцип возрастной адресности: одно и то же содержание по теме используется для работы в разных возрастных группах с большим или меньшим содержанием и наполнением материала. Воспитатель подбирает методы организации воспитательно-образовательного процесса, соответствующие возрастным особенностям воспитанников.

Тема недели (проекта) первоначально рассматривается в процессе НОД по познавательному или социальному развитию. Все остальные виды образовательной деятельности: развитие речи, развитие элементарных математических представлений, лепка, аппликация, конструирование, рисование, продолжают предложенную тему.

В тематическом планировании предусматриваются различные формы работы с детьми в занимательном деле, свободной игре, индивидуальной работе с детьми, в режимных моментах, создаются условия индивидуальной траектории развития каждого воспитанника. В занимательном деле происходит организованное образование детей через 9 видов детской деятельности. Тема занимательного дела органически сочетается с деятельностью детей вне НОД. Знания и опыт, приобретенные в занимательном деле, становятся содержанием самостоятельных игр, коммуникативного общения, музыкально художественной и познавательно-исследовательской детской деятельности.

Образовательная программа ДОУ реализуется в организованных и самостоятельных формах обучения и включает время, отведенное на:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации Основной образовательной программы ДОУ.

#### **Образовательная деятельность в ходе режимных моментов.**

Виды	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Утренняя гимнастика</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Гимнастика пробуждения (корректирующая)</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

<b>Комплексы закаливающих процедур</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Гигиенические процедуры</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Ситуативные беседы при проведении режимных моментов</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Чтение художественной литературы</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Дежурства</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<b>Прогулки</b>	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Педагогам предоставляется право варьировать место занятий в педагогическом процессе, интегрируя (объединяя) содержание различных видов занятий в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания. Воспитатели и узкие специалисты координируют содержание проводимых занятий, осуществляя совместное планирование, обсуждая достижения и проблемы отдельных детей и группы в целом с целью выстраивания траектории достижений группы и отдельно каждого воспитанника.

Структура написания ежедневного плана и НОД (в соответствии с методическими рекомендациями по написанию календарного плана работы педагога в дошкольном образовательном учреждении Министерства образования, науки и молодёжи Республики Крым от 16.12.2015 № 01-14/3805): вид образовательной деятельности, тема, программное содержание, оборудование и материалы, источник (с указанием автора и страницы).

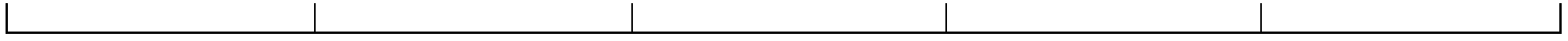


	ной литературы															
	<b>ИТОГО</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>76</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>76</b>
<b>1.3 Художественно-эстетическое развитие</b>																
	Музыкальное воспитание	2	8	76	2	8	76	2	8	76	2	8	76	2	8	76
	Рисование	1	4	38	1	4	38	1	4	38	1	4	38	1	4	38
	Декоративное рисование										1	4	38	1	4	38
	Лепка	0,5	2	19	0,5	2	19	0,5	2	19	0,5	2	19	1	4	38
	Аппликация	0,5	2	19	0,5	2	19	0,5	2	19	0,5	2	19	0,5	2	19
	<b>ИТОГО</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>152</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>152</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>152</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>190</b>	<b>5,5</b>	<b>22</b>	<b>209</b>
<b>1.4 Физическое развитие</b>																
	Физкультура в помещении	2	8	76	2	8	76	2	8	76	2	8	76	2	8	76
	Физкультура на прогулке	1	4	38	1	4	38	1	4	38	1	4	38	1	4	38
	<b>ИТОГО</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>114</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>114</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>114</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>114</b>	<b>3</b>	<b>12</b>	<b>114</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>10</b>			<b>10</b>			<b>10</b>			<b>13</b>			<b>15</b>		

**38 недель образовательной деятельности** - на основе получения новых знаний, использования современных образовательных технологий, обеспечивающих интеграцию взаимодействия взрослых и детей, ориентированную на интересы и возможности воспитанников и учитывающие социальную ситуацию, динамику развития (**с 1 сентября 2022 по 31 мая 2023**)

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<b>Группа раннего возраста №01 Карапузы</b>				
<b>9.10-9.20</b>	<b>9.10-9.20</b>	<b>9.10-9.20</b>	<b>9.10-9.20</b>	<b>9.10-9.20</b>
Лепка /1-3 нед. Аппликация/2-4 нед.	Физкультура	Музыкальное воспитание	Физкультура	Музыкальное воспитание
<b>9.30-9.40</b>	<b>9.30-9.40</b>	<b>9.30-9.40</b>	<b>9.30-9.40</b>	<b>9.30-9.40</b>
Физкультура на прогулке	Развитие речи	ФЭМП 1-3 Ознакомление с миром природы (региональный компонент) 2-4	Ознакомление с окружающим миром	Рисование
<b>Младшая группа №02 «Очаровашки»</b>				
<b>9.10-9.25</b>	<b>9.10-9.25</b>	<b>9.10-9.25</b>	<b>9.10-9.25</b>	<b>9.10-9.25</b>
Ознакомление с миром природы (региональный компонент) /1-3 нед. Ознакомление с окружающим миром /2-4нед.	ФЭМП	Развитие речи	Лепка /1-3 нед. Аппликация/2-4 нед.	Рисование
<b>9.35-9.50</b>	<b>9.35-9.50</b>	<b>9.35-9.50</b>	<b>9.35-9.50</b>	<b>9.30-9.45</b>
Физкультура на прогулке	Физкультура	Музыкальное воспитание	Физкультура	Музыкальное воспитание
<b>Средняя группа №03 «Затейники»</b>				
<b>9.10-9.30</b>	<b>9.10-9.30</b>	<b>9.10-9.30</b>	<b>9.10-9.30</b>	<b>9.10-9.30</b>
Рисование	ФЭМП	Развитие речи	Ознакомление с миром природы (региональный компонент) /1-3нед. / Ознакомление с окружающим миром/2-4нед.	Лепка /1-3 нед. Аппликация/2-4 нед.
<b>9.40-10.00</b>	<b>9.40-10.00</b>	<b>10.00-10.20</b>	<b>11.20-11.40</b>	<b>11.40-12.00</b>
Физкультура	Физкультура на прогулке	Музыкальное воспитание	Физкультура	Музыкальное воспитание.
<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>

<b>Старшая группа №04 «Капитошки»</b>				
<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>
Рисование	Подготовка к обучению грамоте	ФЭМП	Развитие речи	Ознакомление с окружающим миром
<b>9.45-10.10</b>	<b>10.00-10.25</b>	<b>11.45-12.10</b>	<b>9.45-10.10</b>	<b>9.55-10.15</b>
Лепка 1-3 нед. / Аппликация 2-4 нед.	Физкультура	Музыкальное воспитание	Декоративное рисование	Музыкальное воспитание
<b>10.40-11.05</b>	<b>15.15-15.40</b>		<b>15.15-15.40</b>	
Физкультура на прогулке	Ознакомление с миром природы (региональный компонент) 1-3 нед. / Конструирование 2-4		Физкультура	
<b>Старшая группа №05 «Акварельки»</b>				
<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>	<b>9.10-9.35</b>
Лепка 1-3 нед. / Аппликация 2-4 нед.	Подготовка к обучению грамоте	ФЭМП	Ознакомление с миром природы (региональный компонент) 1-3/ Конструирование 2-4	Развитие речи
<b>11.45-12.10</b>	<b>11.45-12.10</b>	<b>09.45 – 10.10</b>	<b>10.00-10.25</b>	<b>9.45-10.10</b>
Физкультура	Музыкальное воспитание	Рисование	Музыкальное воспитание	Декоративное рисование
<b>15.30-15.55</b>		<b>10.40- 11.05</b>		<b>15.15-15.40</b>
Ознакомление с окружающим миром		Физкультура на прогулке		Физкультура
<b>Подготовительная к школе группа №06 «Мечтатели»</b>				
<b>9.10-9.40</b>	<b>9.10-9.40</b>	<b>9.10-9.40</b>	<b>9.10-9.40</b>	<b>9.10-9.40</b>
Развитие речи	ФЭМП	Подготовка к обучению грамоте	ФЭМП	Ознакомление с миром природы (региональный компонент)
<b>9.50-10.20</b>	<b>9.50-10.20</b>	<b>9.50-10.20</b>	<b>9.50-10.20</b>	<b>9.50-10.20</b>
Рисование	Ознакомление с окружающим миром	Лепка	Декоративное рисование	Аппликация 1-3 Конструирование 2-4
<b>10.30-11.00</b>	<b>10.35-11.05</b>	<b>10.50-11.20</b>	<b>11.50-12.20</b>	<b>10.30-11.00</b>
Физкультура	Музыкальное воспитание	Физкультура на прогулке	Музыкальное воспитание	Физкультура





**РЕЖИМ ДНЯ**  
**ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА «КАРАПУЗЫ» (2-3 ГОДА)**  
**10,5 ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	6.30 (7.00) - 7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 - 9.00
Организованная детская деятельность	9.10 - 9.20 9.30 - 9.40 (по подгруппам)
Второй завтрак	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	11.00 – 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливание, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная детская деятельность	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	16.30 - 17.30
Уход детей домой	17.30
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры, вечерняя сказка.	17.30 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

***Теплый период года***

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	6.30 (7.00) - 7.30
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр детей, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.10 - 10.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	11.00 – 11.45

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.45 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, закаливание, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.30
Уход детей домой	17.30
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры, вечерняя сказка.	17.30 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

**МЛАДШАЯ ГРУППА «ОЧАРОВАШКИ» (3-4 ГОДА)  
10,5-ТИ ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30(7.00) - 07.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	08.30 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.10 - 09.25 09.35 - 09.50
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	09.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00 - 12.10
Обед	12.10 - 12.40
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.40 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 - 17.30
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, вечерняя сказка.	17.30 - 21.00

Ночной сон	21.00 - 06.30
<b>Теплый период года</b>	
<b>Мероприятия</b>	<b>Время проведения</b>
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Образовательная деятельность на воздухе (музыкальная, художественная, речевая, экспериментальная). Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.10 - 09.40
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	9.45 - 11.50
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливание	11.50 - 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.40
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.40 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, эксперименты с песком и водой. Уход детей домой	16.00 - 17.30
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице, возвращение домой, ужин, спокойные игры,	17.30 - 20.30
Гигиенические процедуры перед сном, подготовка ко сну, вечерняя сказка	20.30 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

**СРЕДНЯЯ ГРУППА «ЗАТЕЙНИКИ» (4-5 ЛЕТ)  
10,5 ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<b>Мероприятия</b>	<b>Время проведения</b>
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 07.00
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	08.30 - 9.00

Непосредственно образовательная деятельность	09.10 - 09.30 09.40 - 10.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	10.00 - 12.05
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.05 - 12.15
Обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 - 17.30
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице	17.30 - 20.00
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, вечерняя сказка.	20.00 – 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

### ***Теплый период года***

<b><i>Мероприятия</i></b>	<b><i>Время проведения</i></b>
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<b><i>В дошкольном учреждении</i></b>	
Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Образовательная деятельность на воздухе (музыкальная, художественная, речевая, экспериментальная). Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.10 - 09.30 09.40 - 10.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	9.40 - 12.05
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.05 - 12.15
Обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 - 19.00

<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице, возвращение домой, ужин, спокойные игры,	19.00 - 20.30
Гигиенические процедуры перед сном, подготовка ко сну, вечерняя сказка	20.30 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

**СТАРШАЯ ГРУППА «КАПИТОШКИ» (5-6 ЛЕТ)  
12-ти ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Подъем, утренний туалет, закаливание	06.30 - 7.00
<i>В дошкольном учреждении</i>	
Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак. Самостоятельная деятельность, игры, общественно полезный труд	08.30 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	09.10 - 09.35 09.45 - 10.10
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	10.10 - 12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10 - 12.20
Обед	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 - 19.00
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице, возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, вечерняя сказка.	19.00 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

***Теплый период года***

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Рекомендованный режим дома</i>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<i>В дошкольном учреждении</i>	

Прием и осмотр детей, самостоятельные игры, индивидуальная работа с детьми, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Образовательная деятельность на воздухе (музыкальная, художественная, речевая, экспериментальная). Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	09.10 - 09.30 09.40 - 10.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми)	9.40 - 12.05
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.05 - 12.15
Обед	12.15 - 12.45
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.45 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	16.00 - 19.00
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Прогулка с детьми, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице, возвращение домой, ужин, спокойные игры,	19.00 - 20.30
Гигиенические процедуры перед сном, подготовка ко сну, вечерняя сказка	20.30 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

**СТАРШАЯ ГРУППА «АКВАРЕЛЬКИ» (5-6 ЛЕТ)  
10,5 ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<i>Мероприятия</i>	<i>Время проведения</i>
<b>Рекомендованный режим дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, ежедневная утренняя гимнастика,	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.10 - 9.35; 9.45 - 10.10
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми, экспериментальная деятельность)	10.10 - 12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.10 - 12.20
Обед	12.20 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00

Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми, уход детей домой	16.00 - 17.30
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Прогулка, наблюдение, повторение правил безопасного поведения на улице.	17.30 - 20.00
Возвращение с прогулки, ужин, помощь взрослым, спокойные игры, гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, вечерняя сказка	20.00 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 6.30

### ***Теплый период года***

<b><i>Мероприятия</i></b>	<b><i>Время проведения</i></b>
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-08.00
<b><i>В дошкольном учреждении</i></b>	
Прием детей, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00-08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-09.00
Образовательная деятельность на воздухе (музыкальная, художественная, речевая, экспериментальная).	9.10 - 9.35; 9.45 - 10.10
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	10.10 - 12.20
Возвращение с прогулки, игры, закаливание, подготовка к обеду	12.10 - 12.20
Обед	12.20 - 12.50
Подготовка к дневному сну, сон.	12.50 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.00 - 17.30
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Прогулка с детьми, повторение правил безопасного поведения на улице	17.30 – 20.00
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры, вечерняя сказка.	20.00 – 21.00
Ночной сон	21.00 - 06.30

## **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА «МЕЧТАТЕЛИ» (6-7 ЛЕТ) 10,5-ТИ ЧАСОВОЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

<b><i>Мероприятия</i></b>	<b><i>Время проведения</i></b>
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<b><i>В дошкольном учреждении</i></b>	
Прием и осмотр, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30

Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.10 - 9.40 9.50 - 10.20 10.30 - 11.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд, эксперименты, индивидуальная работа с детьми)	11.00 - 12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.20 - 12.30
Обед	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми, общественно полезный труд, уход детей домой	16.00 - 17.30
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Прогулка, наблюдения, закрепление правил безопасного поведения на улице и в общественных местах.	17.30 - 20.00
Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры, общественно полезный труд, гигиенические процедуры, вечерняя сказка	20.00 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 6.30
<b><i>Теплый период года</i></b>	
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Подъем, утренний туалет	6.30 - 7.00
<b><i>В дошкольном учреждении</i></b>	
Прием на улице, осмотр, игры, общественно полезный труд, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Образовательная деятельность на воздухе (музыкальная, художественная, речевая, экспериментальная).	9.10 - 9.40 9.50 - 10.20 10.30 - 11.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00
Прогулка: игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры.	11.00 - 12.20
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, закаливание	12.20 - 12.30
Обед	12.30 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 - 15.15
Постепенный подъем, закаливание	15.15 - 15.30
Полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми, общественно полезный труд, уход детей домой	16.00 - 17.30
<b><i>Рекомендованный режим дома</i></b>	
Прогулка	17.30 - 20.00
Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры, вечерняя сказка	20.00 - 21.00
Ночной сон	21.00 - 6.30



**ОБЪЕМ НЕДЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ  
В ОРГАНИЗОВАННЫХ ФОРМАХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

<i>Режимные моменты</i>	<i>2 -3 года</i>	<i>3-4 года</i>	<i>4-5 лет</i>	<i>5-6 лет</i>	<i>6-7 лет</i>
<b>1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>					
Физкультурные занятия в зале	2 раза в неделю по 10 мин. <b>20 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 15 мин. <b>30 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 20 мин. <b>40 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 25 мин. <b>50 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 30 мин. <b>1 час в неделю</b>
Физкультурное занятие на прогулке	1 раз в неделю по 10 мин. <b>10 минут в неделю</b>	1 раз в неделю по 15 мин. <b>15 минут в неделю</b>	1 раз в неделю по 20 мин. <b>20 минут в неделю</b>	1 раз в неделю по 25 мин. <b>25 минут в неделю</b>	1 раз в неделю <b>30 минут в неделю</b>
Музыкально-ритмические движения на музыкальных занятиях	2 раза в неделю по 5 мин <b>10 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 7,5 мин <b>15 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 10 мин <b>20 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 12-15 мин. <b>30 минут в неделю</b>	2 раза в неделю по 12-15 мин. <b>30 минут в неделю</b>
<b>2. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>					
Утренняя разминка	4 мин	4-5 мин	5-6 мин.	8-10 мин.	10-12 мин.
Гимнастика после сна	7-8 мин	8-9 мин	9-10 мин.	10-12 мин	12-15 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	10 мин.	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Физкультминутки во время занятий	1 мин	1 мин	1,5-2 мин	1,5-2 мин	1,5-2 мин
Подвижные игры и физические упражнения во время утреннего приема	4 мин	7-8 мин	10 мин	10-12 мин	15 мин
Индивидуальная работа с детьми по освоению ОВД	5 мин	7-8 мин	10 мин	10-12 мин	15 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10 мин	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 30 мин
<b>ИТОГО В ДЕНЬ</b>	<b>32 (42 мин)</b>	<b>46 (61 мин)</b>	<b>58 (78 мин)</b>	<b>71 (96 мин)</b>	<b>89 (119 мин)</b>
<b>ИТОГО В НЕДЕЛЮ</b>	<b>160 (210мин)</b>	<b>230 (305 мин)</b>	<b>290 (390 мин)</b>	<b>355 (480 мин)</b>	<b>445 (595 мин)</b>



В настоящем документе прономеровано,  
 прошнуровано и заверено печатью  
 24 (двадцать четыре) листов

(подпись)

Заведующий Лакова И.В.



330 (302 мин)	380 (380 мин)	382 (480 мин)	442 (282 мин)
12 мин	30 мин	32 мин	30 мин
1 раз в нед	1 раз в нед	1 раз в нед	1 раз в нед
1-2 мин	10 мин	10-15 мин	12 мин
1 мин	12-5 мин	12-5 мин	12-5 мин
12 мин	30 мин	32 мин	30 мин
1-8 мин	8-8 мин	10-15 мин	13-12 мин
1-4 мин	1-2 мин	8-10 мин	10-15 мин

У ФИЗИКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЦЕЛЕВИНАНН

в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	в неделю
10 минут	12 минут	30 минут	30 минут	30 минут
по 2 мин	по 2 мин	по 10 мин	по 12-15 мин	по 12-15 мин
в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	в неделю
5 раз в	5 раз в	5 раз в	5 раз в	5 раз в
в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	
10 минут	12 минут	30 минут	32 минут	
по 10 мин	по 12 мин	по 30 мин	по 32 мин	в неделю
в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	30 минут
1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в неделю
в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	в неделю
30 минут	30 минут	40 минут	20 минут	1 раз
по 10 мин	по 12 мин	по 30 мин	по 32 мин	по 30 мин
в неделю	в неделю	в неделю	в неделю	в неделю
5 раз в	5 раз в	5 раз в	5 раз в	5 раз в

ГОРЬЗОВИТЕЛЬНА ЦЕЛЕНОСЛА

1 раз в нед	1 раз в нед	1 раз в нед	1 раз в нед	1 раз в нед
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

В ОБЪЕДИНЕННЫХ ФОРМАХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ЦЕЛЕНОСЛА И  
 ОБРЕМ НЕДЕЛНОЮ ЦЕЛЕНОСЛА И ВОСПИТАНИЕ И ПОУ