

ПРИНЯТА:

Решением Педагогического совета
ГБДОУ № 123 Адмиралтейского района СПб
Протокол от № 31.08.2020 № 1

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ГБДОУ детский
сад № 123 Адмиралтейского района СПб
Петрова А.Д.
Приказ от 31.08.2020 № 24



ИЗМЕНЕНИЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад пресмотра и оздоровления
№ 123 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга**

Санкт-Петербург
2020

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
(на 2020-2021 учебный год)

Содержание	Возрастные категории групп				
	Группа раннего возраста	Группа младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)	Группа среднего дошкольного возраста (от 4 до 5 лет)	Группа старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет)	
				от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
УЧЕБНЫЙ ПЕРИОД					
Календарная продолжительность учебного периода, в том числе:	01 сентября 2020 - 31 мая 2021				
- 1 полугодие	36 недель 4 дня				
- 2 полугодие	17 недель 2 дня				
Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, в том числе:	1ч. 40 мин.	2 ч. 30. мин	3 ч. 20 мин.	4 ч. 35 мин.	7 ч. 00 мин./
- в 1-ую половину дня	50 мин.	2 ч. 30 мин.	3 ч. 20 мин.	3 ч. 20 мин.	5 ч. 00 мин
- во 2-ую половину дня	50 мин.	00 мин.	00 мин.	1ч.15 мин.	2 ч. 00 мин.
Сроки проведения мониторинга реализации ОПДО	14.09.2019 – 25.09.2020; 15.04.2020 – 23.04.2020				
ЛЕТНИЙ ПЕРИОД					
Календарная продолжительность летнего периода	01 июня 2021 – 31 августа 2021				
	13 НЕДЕЛЬ				
*** В летний период воспитанники выезжают на загородную базу в посёлок Комарово Курортного района СПб. Предпочтение работы с детьми в летний оздоровительный период отдаётся спортивным, подвижным играм, музыкальным праздникам, досугам, экскурсиям, увеличивается продолжительность прогулок.					
ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ					
04.11.2020; 01.01.2021 - 08.01.2021; 23.02.2021; 08.03.2021; 03.05.2021; 10.05.2021; 14.06.2021					

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОУ
(на 2020 - 2021 учебный год)

Пояснительная записка к учебному плану ГБДОУ № 123

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад пристра и оздоровления № 123 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга является образовательным учреждением и осуществляет деятельность по образовательной программе дошкольного образования составленной с учетом Примерной основной образовательной Программы, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05. 2015 г. за №2/15).

Учебный план составлен в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 07.05.2013 с изменениями, вступившими в силу с 19.05.2013) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Устав ГБДОУ детский сад № 123
- Инструктивно-методическое письмо Министерства образования № 65/23-16 от 14.03.2000г. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» 2.4.1.3049-13 № 26 от 15.05.2013 г.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

Часть образовательной программы, сформированная участниками образовательных отношений, представлена парциальными образовательными программами и образовательными технологиями:

Программа музыкального образования детей дошкольного возраста «Ладушки» под редакцией И. Каплуновой, И. Новоскольцевой

Парциальная программа «Формирование культуры безопасности у детей с 3 до 8 лет» автор программы Л.Л. Тимофеева.

Образовательная технология «Город-сказка, город-быль. Знакомим дошкольников с Санкт-Петербургом». О.В Солнцева, Е.В Коренева-Леонтьева

Образовательная технология «Азбука общения» Авторы: Л.М. Шипицына, О.В. Заширинская, А.П. Воронова, Т.А. Нилова

Парциальные программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.

Принципами построения учебного плана являются: полнота, целостность, сбалансированность, преемственность, соответствие реальному времени, четкая осознанность.

В учебном плане распределено количество НОД, дающее возможность использовать модульный подход, строить учебный план на принципах дифференциации и вариативности.

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребёнка с взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в ДОО; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира, (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях её природы, многообразии стран и народов мира.

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира, природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной, и др.).

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др)

В 2020-2021 г. в ГБДОУ детский сад № 123 функционируют 4 группы в соответствии с возрастными нормами:

Раннего дошкольного возраста (с 1,6-3 лет)

Младшего дошкольного возраста (с 3-4 лет)

Среднего дошкольного возраста (с 4-5 лет)

Старшего дошкольного возраста (с 5-7 лет)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
(на 2020– 2021 учебный год)

1.Обязательная часть программы	Группа раннего возраста (с 1,6 до 3 лет)		Группа младшего дошкольного возраста (с 3 до 4 лет)		Группа среднего дошкольного возраста (с 4 до 5 лет)		Группа старшего дошкольного возраста (с 5 до 6)		Группа старшего дошкольного возраста (с 6 до 7 лет)	
	в неделю	в уч период	в неделю	в уч перио д	в неделю	в уч перио д	в неделю	в уч перио д	в неделю	в уч период
Образовательная область										
1.1 Физическая культура	3	108	3	108	3	108	3	108	3	108
Физическая культура в помещении	2	72	2	72	2	72	2	72	2	72
Физическая культура на прогулке	1	36	1	36	1	36	1	36	1	36
1.2 Познавательное развитие	1	36	2	72	2	72	3	108	4	144
Познавательное развитие: Ознакомление с окружающим миром (ОсОМ)	1	36	1	36	1	1	1	36	2	72
-формирование элементарных математических представлений (ФЭМП)			1	36	1	36	2	72	2	72
1.3.Развитие речи	2	72	1	36	1	36	2	72	2	72
-Обучение грамоте	-	-	-	-	-	-	1	36	1	36
-Развитие речи	2	72	1	36	1	36	1	36	1	36
**Чтение художественной литературы **Развитие познавательно-исследовательской деятельности (РПид)	** проведение за рамками организованных форм обучения (за рамками НОД, например, в совместной деятельности педагога с детьми).									
1.4.Художественно-эстетическое развитие	4	144	4	144	4	144	5	180	5	180
-рисование	1	36	1	36	1	36	2	76	2	76
-лепка	1	36	0,5	18	0,5	18	0,5	19	0,5	19
-аппликация	-	-	0,5	18	0,5	18	0,5	19	0,5	19
Музыка	2	72	2	72	2	72	2	76	2	76
1.5 Социально-коммуникативное развитие	В течение образовательного процессе		В течение образовательного процессе		В течение образовательного процессе		В течение образовательного процессе		В течение образовательного процессе	
Итого:	10	360	10	360	10	360	13	468	14	504

2.Формируемая часть Программы	Группа раннего возраста (с 1,6 до 3 лет)	Группа младшего дошкольного возраста (с 3 до 4 лет)	Группа среднего дошкольного возраста (с 4 до 5 лет)	Группа старшего Дошкольного возраста (с 5 до 6 лет)	Группа старшего Дошкольного возраста (с 6 до 7 лет)
2.1 Программа «Ладушки» под редакцией И. Каплуновой, И. Новоскольцевой	Парциальные программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.				
2.2 Парциальная программа «Формирование культуры безопасности у детей с 3 до 8 лет» автор программы Л.Л. Тимофеева Образовательная технология «Азбука общения» Авторы: Л.М. Шипицына, О.В. Защиринская, А.П. Воронова, Т.А. Нилова		Парциальные программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.			
2.3 Парциальная программа «Формирование культуры безопасности у детей с 3 до 8 лет» автор программы Л.Л. Тимофеева Образовательная технология «Азбука общения» Авторы: Л.М. Шипицына, О.В. Защиринская, А.П. Воронова, Т.А. Нилова			Парциальные программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.	Парциальные	

<p>2.4 Парциальная программа «Формирование культуры безопасности у детей с 3 до 8 лет» автор программы Л.Л. Тимофеева</p> <p>Образовательная технология «Азбука общения» Авторы: Л.М. Шипицына, О.В. Защиринская, А.П. Воронова, Т.А. Нилова</p> <p>Образовательная технология «Город-сказка, город-быль. Знакомим дошкольников с Санкт-Петербургом». О.В Солнцева, Е.В Коренева-Леонтьева</p>				<p>программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.</p>	
					<p>Парциальные программы реализуются через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов.</p>

РЕЖИМ ДНЯ
(на 2020 - 2021 учебный год)

Виды деятельности	Группа раннего возраста от 1,6 до 3 лет	Группа младшего дошкольного возраста от 3 до 4 лет	Группа среднего дошкольного возраста от 4 до 5 лет	Группа старшего дошкольного возраста от 5 до 7 лет
Приём детей, осмотр, взаимодействие с родителями, самостоятельная деятельность, дежурство, ежедневная утренняя гимнастика	07.00-08.20	07.00-08.20	7.00-8.20	7.00-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.20-08.50	8.20 - 8.50	08.20-08.50	8.25-8.50
Игры. Самостоятельная деятельность.	08.50-09.00	8.50 -9.00	08.50-09.00	8.50 -9.00
НОД. Самостоятельная деятельность	09.00-09.10 (1 п) 09.20-09.30 (2 п)	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.50-10.10	09.00 - 09.20 (1п) 09.30-10.00 (2 п) 10.20-10.50 (1 и 2 п)
Самостоятельная деятельность детей, развивающие игры. Второй завтрак	09.30-09.50	9.40-10.00	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке Прогулка. Игры. Наблюдения. Труд. Экспериментирование.	09.50-11.30	10.00-11.40	10.20 - 11.50	10.45-12.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30-11.55	11.40-12.00	11.50-12.15	12.30-12.40
Обед	11.55-12.30	12.00-12.30	12.15-12.50	12.40 -13.10
Подготовка ко сну. ЧХЛ. Дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.10-15.00
Постепенный подъем. Воздушные закалывающие и гигиенические процедуры.	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.40	15.00-15.40
Подготовка к полднику. Уплотнённый полдник.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.40-16.10	15.40-16.10
Совместная деятельность (игры, досуг). Индивидуальная работа.	16.00-16.40	16.00-16.50	16.10-17.00	16.10-16.50
НОД (согласно расписанию)	16.10-16.20/ 16.30-16.40	-	-	16.10-16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Взаимодействие с родителями	16.40-18.15	16.50-18.20	17.00-18.20	16.50-18.30
Возвращение с прогулки. Игры. Самостоятельная деятельность. Уход домой.	18.15-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.30-19.00

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
(на 2020 - 2021 учебный год)**

Возрастная группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Количество НОД			Общая длительность НОД
						Общее кол-во	1 пол. дня	2 пол. дня	
Группа раннего возраста (от 1,5 до 3 лет)	09.00 – 0 9.10 Музыка 16.10 – 16.20 Лепка	09.00-0 9.10 Физическая культура 16.10 – 16.20 Познавательное развитие 16.00-16.10 Развлечение	09.00- 09.10 Физическая культура 16.10 – 16.20 Развитие речи	09.00-09.10 Физическая культура 16.10 – 16.20 Развитие речи	09.00 - 09.10 Музыка 16.10 – 16.20 Рисование	10	5	5	100
Группа младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)	09.00 -09.15 Познавательное развитие (ФЭМП) 09.25 – 09.40 Музыка	09.00 –09.15 Познавательное развитие 09.25– 09.40 Физическая культура	09.00- 09.15 Развитие речи 09.25-09.40 Физическая культура	09.00-09.15 Рисование 09.25– 09.40 Физическая культура 16.00-16.15 Развлечение	09.00-09.15 Аппликация/Лепка 09.25-09.40 Музыка	10	-	-	150
Группа среднего дошкольного возраста (от 4 до 5 лет)	09.00-09.20 Познавательное развитие 09.50-10.10 Музыка	09.00 - 09.20 Развитие речи 09.50-10.10 Физическая культура	09.00 – 09.20 Познавательное развитие (ФЭМП) 09.50-10.10 Физическая культура	09.00-0 9.20 Аппликация/Лепка 09.50-10.10 Физическая культура 16.25-16.45 Развлечение	09.00 - 09.20 Рисование 09.50-10.10- Музыка	10	10	-	200
Группа старшего дошкольного возраста (от 5 до 6 лет)	09.00- 09.20 Познавательное развитие ФЭМП 10.20-10.45 Музыка 16.10-16.35 Лепка/Аппликация	09.00 - 09.20 Развитие речи 10.20-10.45 - Физическая культура 16.20-16.50 Развлечение	09.00 - 09.20 Познавательное развитие 10.20-10.45 - Физическая культура	09.00-0 9.20 - Познавательное развитие ФЭМП 10.20-10.45 Физическая культура 16.10 – 16.35 - Рисование	09.00 - 09.20 Развитие речи 10.20-10.45 Музыка 16.10 – 16.35 - Рисование	13	10	3	300
Группа старшего дошкольного возраста (от 6 до 7 лет)	09.30- 10.00 Познавательное развитие ФЭМП 10.20-10.50 Музыка 16.10-16.40 Лепка/Аппликация	09.30 – 10.00 Развитие речи 10.20-10.50 - Физическая культура 16.10-16.40 16.20-16.50 Развлечение	09.30 – 10.00 Познавательное развитие 10.20-10.50 - Физическая культура	09.30-10.00 Познавательное развитие ФЭМП 10.20-10.50 Физическая культура 16.10 – 16.40- Рисование	09.30 – 10.00 Развитие речи 10.20-10.50 Музыка 16.10 – 16.40 - Рисование	14	10	4	420

**ГРАФИК ПРОВЕДЕНИЯ УТРЕННИХ ГИМНАСТИК
(на 2020 - 2021 учебный год)**

День недели	Время проведения	Музыкальный зал
ПОНЕДЕЛЬНИК	07.45– 07.50	Ранний дошкольный возраст
	07.55 – 08.00	Младший дошкольный возраст
	08.05 – 08.10	Средний дошкольный возраст
	08.10 – 08.20	Старший дошкольный возраст
ВТОРНИК	07.45– 07.50	Ранний дошкольный возраст
	07.55 – 08.00	Младший дошкольный возраст
	08.05 – 08.10	Средний дошкольный возраст
	08.10 – 08.20	Старший дошкольный возраст
СРЕДА	07.45– 07.50	Ранний дошкольный возраст
	07.55 – 08.00	Младший дошкольный возраст
	08.05 – 08.10	Средний дошкольный возраст
	08.10 – 08.20	Старший дошкольный возраст
ЧЕТВЕРГ	07.45– 07.50	Ранний дошкольный возраст
	07.55 – 08.00	Младший дошкольный возраст
	08.05 – 08.10	Средний дошкольный возраст
	08.10 – 08.20	Старший дошкольный возраст
ПЯТНИЦА	07.45– 07.50	Ранний дошкольный возраст
	07.55 – 08.00	Младший дошкольный возраст
	08.05 – 08.10	Средний дошкольный возраст
	08.10 – 08.20	Старший дошкольный возраст

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА от 1,5 до 2 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1	Физкультурные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
1.2	Физкультминутки	2 минуты	2 минуты	2 минуты	2 минуты	2 минуты	10 минут
1.3	Двигательная разминка	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут	75 минут
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
1.6	Гимнастика после дневного сна	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
2	Непрерывная образовательная деятельность						
2.1	Физическая культура	10 минут		10 минут			20 минут
2.2	Физкультура на воздухе					10 минут	10 минут
2.3	Двигательная деятельность на музыкальном занятии		5 минут		5 минут		10 минут
3	Самостоятельная деятельность						
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	20 минут	20 минут	20 минут	20 минут	20 минут	100 минут
4	Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1	Дни здоровья	Два раза в год 15 минут					
4.2	Физкультурный досуг	Один раз в месяц 15 минут					
	Всего в неделю	325 минут = 5 часов 25 минут					

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА от 2 до 3 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1	Физкультурные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
1.2	Физкультминутки	2 минуты	2 минуты	2 минуты	2 минуты	2 минуты	10 минут
1.3	Двигательная разминка	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	25 – 30 минут
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут	75 минут
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
1.6	Гимнастика после дневного сна	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	5 минут	25 минут
2	Непрерывная образовательная деятельность						
2.1	Физическая культура		10 минут		10 минут		20 минут
2.2	Физкультура на воздухе					10 минут	10 минут
2.3	Двигательная деятельность на музыкальном занятии	5 минут		5 минут			10 минут
3	Самостоятельная деятельность						
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	20 минут	20 минут	20 минут	20 минут	20 минут	100 минут
4	Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1	Дни здоровья	Два раза в год 15 минут					
4.2	Физкультурный досуг	Один раз в месяц 15 минут					
	Всего в неделю	325-330 минут = 5 часов 25 минут-5 часов 30 минут					

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА от 3 до 4 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1	Физкультурные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	5 – 6 минут	25 – 30 минут
1.2	Физкультминутки	3 минуты	3 минуты	3 минуты	3 минуты	3 минуты	15 минут
1.3	Двигательная разминка	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	75 – 100 минут
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.6	Гимнастика после дневного сна	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
2	Непрерывная образовательная деятельность						
2.1	Физическая культура	Два раза в неделю по 15 минут					30 минут
2.2	Физкультура на воздухе	Один раз в неделю 15 минут					15 минут
2.3	Двигательная деятельность на музыкальном занятии	5 минут		5 минут			10 минут
3	Самостоятельная деятельность						
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	20 – 30 минут	20 – 30 минут	20 – 30 минут	20 – 30 минут	20 – 30 минут	100 – 150 минут
4	Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1	Дни здоровья	Два раза в год 20 минут					
4.2	Физкультурный досуг	Один раз в месяц 20 минут					
	Всего в неделю	345 – 455 минут = 5 часов 45 минут -7часов35 минут					

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА от 4 до 5 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1	Физкультурные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	6 – 8 минут	6 – 8 минут	6 – 8 минут	6 – 8 минут	6 – 8 минут	30 – 40 минут
1.2	Физкультминутки	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	10 – 15 минут
1.3	Двигательная разминка	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	15 – 20 минут	75 – 100 минут
1.5	Инд. работа по развитию движений	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.6	Прогулки-походы	Два – три раза в месяц 20 – 30 минут					
1.7	Гимнастика после дневного сна	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
2	Непрерывная образовательная деятельность						
2.1	Физическая культура	Два раза в неделю по 20 минут					40 минут
2.2	Физкультура на воздухе	Один раз в неделю 20 минут					20 минут
2.3	Двигательная деятельность на музыкальном занятии	Два раза в неделю 5 – 7 минут					10 – 14 минут
3	Самостоятельная деятельность						
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	150 – 200 минут
4	Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1	Дни здоровья	Два раза в год 30 минут					
4.2	Физкультурный досуг	Один раз в месяц 20 минут					
4.3	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год 45 минут					
	Всего в неделю	410 – 434 минут = 6 часов 50 минут – 7 часов 14 минут					

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА от 5 до 6 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1	Физкультурные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	40 – 50 минут
1.2	Физкультминутки	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	10 – 15 минут
1.3	Двигательная разминка	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.4	П/игры и физупр на прогулке	25 минут	25 минут	25 минут	25 минут	25 минут	125 минут
1.5	Оздоровительный бег	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	15 – 25 минут
1.6	Инд работа по развитию движений	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	62 – 75 минут
1.7	Прогулки-походы	Два – три раза в месяц 25 – 30 минут в один конец					
1.8	Гимнастика после дневного сна	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	8 – 10 минут	40 – 50 минут
2	Непрерывная образовательная деятельность						
2.1	Физическая культура	Два раза в неделю по 25 минут					50 минут
2.2	Физкультура на воздухе	Один раз в неделю 25 минут					25 минут
2.3	Дв деятельность на музыке	Два раза в неделю 10 – 12 минут					20 – 24 минуты
3	Самостоятельные занятия						
3.1	Самостоятельная двиг. деятельность	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	30 – 40 минут	150 – 200 мин
4.	Физкультурно-массовые занятия						
4.1.	Дни здоровья	Два – три раза в год 40 минут					
4.2.	Физкультурный досуг	Один – два раза в месяц 30 – 45 минут					
4.3.	Физкультурно-спортивные праздники	Два – три раза в год 60 минут					
	Всего в неделю	562 – 674 минуты = 9 часов 22 минуты – 11 часов 14 минут					

**ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА от 6 до 7 лет
(на 2020 - 2021 учебный год)**

№ п/п	Виды занятий	Особенности организации					
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
1.	Физкультурные занятия						
1.1.	Утренняя гимнастика	10 – 12 минут	10 – 12 минут	10 – 12 минут	10 – 12 минут	10 – 12 минут	50 – 62 минуты
1.2.	Физкультминутки	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	2 – 3 минут	10 – 15 минут
1.3.	Двигательная разминка	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	5 – 7 минут	25 – 35 минут
1.4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	25 – 30 минут	25 – 30 минут	25 – 30 минут	25 – 30 минут	25 – 30 минут	125 - 150 минут
1.5.	Оздоровительный бег	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	3 – 5 минут	15 – 25 минут
1.6.	Индивидуальная работа по развитию движений	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	12 – 15 минут	62 – 75 минут
1.7.	Прогулки-походы	Два – три раза в месяц 40 – 45 минут в один конец					
1.8.	Гимнастика после дневного сна	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут	50 минут
2.	Непосредственно образовательная деятельность						
2.1.	Физическая культура	Два раза в неделю по 30 минут					60 минут
2.2.	Физкультура на воздухе	Один раз в неделю 30 минут					30 минут
2.3.	Двигательная деятельность на музыке	Два раза в неделю 10 – 12 минут					20 – 24 минуты
3.	Самостоятельные занятия						
3.1.	Самостоятельная двигательная деятельность (2 половина дня)	30 – 50 минут	30 – 50 минут	30 – 50 минут	30 – 50 минут	30 – 50 минут	150 – 250 минут
4.	Физкультурно-массовые мероприятия						
4.1.	Дни здоровья	Два – три раза в год 40 минут					
4.2.	Физкультурный досуг	Один – два раза в месяц 40 минут					
4.3.	Физически спортивные праздники	Два – три раза в год 60 минут					
	Всего в неделю	597– 776 минут = 10 часов – 13 часов					

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ
детей ГБДОУ детский сад № 123 III-IV группы здоровья и перенесшим заболевание
(на 2020 - 2021 учебный год)

Виды занятий		Гр р. возраста	Младшая	Средняя	Старшая
Приём детей, взаимодействие с родителями, самостоятельная деятельность детей	По возможности 08.00-08.30 Удлиненный ночной сон Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	7.00-8.20			
Приём детей, осмотр, взаимодействие с родителями, игры, ежедневная утренняя гимнастика			7.00-8.20		
Приём детей, осмотр, взаимодействие с родителями, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство				7.00-8.20	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	Первыми садятся за стол Докармливание в мл.гр.	8.20-9.00	8.20-8.50	8.20-8.50	8.25-8.50
Самостоятельная деятельность		9.00-9.10	8.50-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	Вовлечение в активную образовательную деятельность в первой половине дня. На физкультурном занятии отмена или снижение нагрузки на 50%.	9.10-9.20 9.30-9.40	9.10-9.25 9.35-9.50	9.00-9.50	9.00-10.50
				9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35
Второй завтрак		9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	Одевание в последнюю очередь, выход	9.50-11.30	10.00-11.40	10.10 -11.50	10.50-12.30

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	последними. Вовлечение в умеренную двигательную деятельность. Возвращение первыми под присмотром взрослого, снимается влажная майка заменяется на сухую.	11.30-11.55	11.40-12.00	11.50-12.15	12.30-12.40
Обед	Первыми садятся за стол Докармливание в мл. гр.	11.55-12.30	12.00-12.30	12.15-12.50	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	Укладывание первыми, подъём по мере просыпания	12.30-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.10-15.10
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, питьё		15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.40	15.10-15.40
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	Первыми садятся за стол, докармливание в мл.гр.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.40-16.10	15.40-16.10
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей,	Предлагать места, удалённые от окон. Следить за тем, чтобы не было длительного статического напряжения. Учёт настроения ребёнка, его физического состояния. Вовлечение в активную образовательную деятельность в первой половине дня. На	16.00-16.50	16.00-16.50	16.10-17.00	16.10-16.50
Непрерывная образовательная деятельность		16.10-16.40	16.10-16.25	16.10-16.30	16.10-16.35

	физкультурном занятии отмена или снижение нагрузки на 50%.				
Подготовка к прогулке, прогулка, взаимодействие с родителями	Одевание в последнюю очередь, выход последними.	16.50-18.15	16.50-18.20	17.00-18.20	16.50-18.30
Возвращение с прогулки, игры		18.15-18.45	18.20-18.45	18.20-18.45	18.30-18.45
Игры, взаимодействие с родителями, уход детей домой	По возможности до 18.00	18.45- 19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

АДАПТАЦИОННЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
детей ГБДОУ детский сад № 123 III-IV группы здоровья и перенесшим заболевание
(на 2020 - 2021 учебный год)

Виды занятий	
Приём детей, взаимодействие с родителями, самостоятельная деятельность детей	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-9.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей	9.00-9.40
Второй завтрак	9.40.-9.50
Подготовка к прогулке. Уход домой детей, проходящих адаптацию первую неделю, взаимодействие с родителями	9.50-10.10
Прогулка	10.10-11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30-11.55
Обед	11.55-12.30
Спокойные игры, подготовка ко сну. Уход домой детей, проходящих адаптацию вторую неделю	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, питьё	15.00-15.30
Подготовка к полднику, уплотнённый полдник	15.30-16.00
Игры, совместная деятельность воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, взаимодействие с родителями	16.50-18.15
Возвращение с прогулки, игры	18.15-18.45
Игры, взаимодействие с родителями, уход детей домой	18.45-19.00

ГРАФИК ПРОВЕТРИВАНИЯ ПОМЕЩЕНИЙ
(на 2020-2021 учебный год)

	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Проветривание одностороннее в группе	7.00 – 7.10 8.40 – 8.50	7.00 – 7.10 8.40 – 8.50	7.00 – 7.10 8.40 – 8.50	7.00 – 7.10 8.40 – 8.50
Проветривание одностороннее в раздевалке	-	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15	9.00 – 9.15
Проветривание одностороннее в туалете	7.00 – 7.10 8.20 – 8.25 9.45 – 10.45	7.00 – 7.10 8.00 - 8.05	7.00 – 7.10 8.00 - 8.05	7.00 – 7.10 8.00 - 8.05
Проветривание одностороннее в спальне	7.00 – 7.10 10.45 – 11.45 13.15 - 14.30	7.00 – 7.10 10.45 – 11.45 13.15 - 14.30	7.00 – 7.10 10.45 – 11.45 13.15 - 14.30	7.00 – 7.10 10.45 – 11.45 13.15 - 14.30
Сквозное проветривание	Ежедневно во время отсутствия детей в группе каждые 1.5 часа не менее 10 минут			

ГРАФИК ВЫДАЧИ ПИЩИ
(на 2020 - 2021 учебный год)

№	Возрастные группы	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник уплотнённый
1	группа раннего дошкольного возраста (от 1,6 до 3 лет)	08.15	09.20	11.40	15.20
2	Группа младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)	08.15	09.30	11.55	15.25
3	группа среднего дошкольного возраста (от 4 до 5 лет)	08.20	10.00	12.00	15.30
4	группа старшего дошкольного возраста (от 5 до 7 лет)	08.25	10.05	12.30	15.35