**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

по реализации образовательной программы

дошкольного образования на 2023 – 2024 учебный год

муниципального бюджетного дошкольного

образовательного учреждения «Детский сад №7 «Солнышко»

общеразвивающего вида с приоритетным

осуществлением физического развития воспитанников

Кувандыкского городского округа

Оренбургской области»

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебный план МБДОУ «Детский сад №7 «Солнышко» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития воспитанников»реализующий образовательную программу дошкольного образования, разработан в соответствии с нормативными документами:

1. Постановлением от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
2. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст.12 п.6, ст.28 п.6.
3. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 25.11.2022 № 1028 (далее – ФОП ДО).
5. Приказ Минпросвещения от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка

организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

 Учебный план составлен в соответствии с образовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №7 «Солнышко», разработанной и утвержденной учреждением самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

 Методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса дополнено рядом парциальных программ:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Автор, наименование****программ** | **Образовательная область** | **Год издательства** | **Учебно-методическое****обеспечение** |
| Н.Н. Авдеева,Н.Л. Князева,Р.Б. Стеркина“Основы безопасности детей дошкольного возраста” | Социально-коммуникативное развитие |  Санкт-Петербург“Детство–Пресс”, 2013 год | Методические рекомендации,планы и конспекты занятий. |
| С.А. Козлова. «Я – человек: Программа социального развития ребенка»  | Социально-коммуникативное развитие | М.: Школьная Пресса, 2003 | Методические рекомендации,планы и конспекты занятий. |
| С.Н. Николаева“Программа экологического воспитания в детском саду” | Познавательное развитие | Москва “Линка-Пресс”Допущено Министерством образования и науки РФ, 2008 год  | Методические рекомендации,планы и конспекты занятий. |
| Е.В. Колесникова «Математические ступеньки»  | Познавательное развитие |  М.: ТЦ Сфера, 2015 год | Методические рекомендации,планы и конспекты занятий. |
| В.П. Новикова «Математика в детском саду»  |  | М.: ТЦ Сфера, 2006 год | Конспекты занятий |
| Л.С. Куприна, Т.А. Бударина и др. «Знакомство детей с русским народным творчеством» | Познавательное развитие | Санкт-Петербург“Детство – Пресс”, 2001 год | Конспекты занятий, сценарии календарно-обрядовых праздников. |
| О.С. Ушакова «Программа развития речи детей дошкольного возраста в детском саду» | Речевое развитие | М.: ТЦ Сфера, 2004 год | Игры, упражнения, конспекты занятий. |
| Л.Д.Глазырина «Физическая культура – дошкольникам»  | Физическое развитие | М.: ВЛАДОС, 2001 год | Методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений, физкультурное оборудование |
| Н.Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления дошкольников»  | Физическое развитие | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999 год | Физкультурное оборудование, атрибуты, пособие. |
| В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров «Развивающая педагогика оздоровления» | Физическое развитие | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000 год | Физкультурное оборудование, атрибуты, пособие. |
| В. Алямовская «Физкультура в детском саду» | Физическое развитие | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005 год | Методические рекомендации, конспекты занятий. |
| Л.В. Куцакова «Конструирование и художественный труд в детском саду» | Художественно – эстетическое развитие | М.: ТЦ Сфера,2014 год | Методические рекомендации, конспекты занятий. |
| О.П. Радынова «Музыкальные шедевры» | Художественно – эстетическое развитие | М.: Гном-Пресс, 1999 год | Методические рекомендации,репертуар, планы и конспекты занятий. |
| Г.С. Швайко «Занятия по изобразительной деятельности в детском саду» | Художественно – эстетическое развитие | М.: ВЛАДОС, 2000 год | Методические рекомендации, конспекты занятий. |
| И.А Лыкова «Изобразительная деятельность в детском саду» | Художественно – эстетическое развитие | М.: ВЛАДОС, 2007 год | Методические рекомендации, конспекты занятий. |
| Э.П. Костина «Камертон» - программа музыкального образования детей раннего и дошкольного возраста | Художественно – эстетическое развитие | М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2008 год | Методические рекомендации |
| И. Каплунова, И. Новоскольцева «Ладушки» - программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста. | Художественно – эстетическое развитие | Рекомендовано Комитетом по образованию г. Санкт – Петербурга, 2010 год | Методические рекомендации, конспекты занятий. |

В структуре учебного плана отражена реализация обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений.

В учебном плане объем образовательной деятельности по реализации обязательной части Программы составляет 60%, и части, формируемой участниками образовательных отношений 40% от общего объема.

Учебный план устанавливает перечень образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Образовательные области реализуются через образовательную деятельность:

* **социально-коммуникативное развитие**– социализация, развитие общения, игровая деятельность, нравственное воспитание, ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание, самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание, формирование основ безопасности;
* **познавательное развитие**– приобщение к социокультурным ценностям, развитие познавательно-исследовательской деятельности, ознакомление с миром природы, формирование элементарных математических представлений;
* **речевое развитие**– развитие речи, воспитание любви и интереса к художественному слову, подготовка к обучению грамоте;
* **художественно-эстетическое развитие**– приобщение к искусству, изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация), конструктивно-модельная деятельность, музыкальная деятельность;
* **физическое развитие**– формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

В учебном плане определено время на реализацию Программы в процессе занятий.

Продолжительность занятий по возрастам:

- I младшая группа (с 2 - 3 лет) – не более 10 минут;

- II младшая группа (с 3 - 4 лет) – не более 15 минут;

- Средняя группа (с 4 - 5 лет) – не более 20 минут;

- Старшая группа (с 5 - 6 лет) – не более 25 минут;

-Подготовительная группа (с 6 - 7 лет) – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает:

- I младшая группа – 20 минут;

- II младшая группа – 30 минут;

 - Средняя группа – 40 минут;

 - Старшая группа – 45 минут;

 - Подготовительная группа – 1, 5 часа.

В середине занятия проводится физкультурная минутка. Перерывы между занятиями - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми 2-3 лет (I младшая группа) осуществляется по подгруппам в первую и вторую половину дня.

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.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей**,** организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей образовательная деятельность сочетается с занятиями по физическому развитию и музыкальной деятельности.

Занятия физической культурой для всех возрастных групп организуются три раза в неделю, в теплое время года при благоприятных метеорологических условиях, одно из занятий проводится на свежем воздухе в форме динамического часа. Длительность занятий по физической культуре зависит от возраста детей и составляет:

- I младшая группа – 10 минут;

- II младшая группа – 15 минут;

- Средняя группа – 20 минут;

- Старшая группа – 25 минут;

- Подготовительная группа – 30 мин.

**Объем образовательной деятельности в холодный период года**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления развития**  |  **Виды образовательной деятельности** | **Наименование возрастных групп** |
| **Первая младшая****дети 2-3 лет** | **Вторая младшая** **дети 3-4 лет** | **Средняя группа****дети 4-5 лет** | **Старшая группа****дети 5-6 лет** | **Подготовительная к школе группа****дети 6-7 лет** |
| **количество занятий в неделю/минут в неделю** |
| **Социально-коммуникативное развитие** |
| **Всего** |  | **1/20** | **1/30** |
| Социализация, развитие общения, игровая деятельность нравственное воспитание | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
| Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание |
| Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание |
| Формирование основ безопасности | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов | 1раз в неделю/20 минут | 1 раз в неделю / 30 минут |
| **Познавательное развитие** |
| **Всего** | **1/10** | **2/30** | **2/40** | **3/70** | **3/90** |
| Приобщение к социокультурным ценностям | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
| Развитие познавательно-исследовательскойдеятельности | 1 раз через неделю/10 минут | 1 раз через неделю/15 минут | 1 раз через неделю/20 минут | 1 раз в неделю / 25 минут | 1 раз в неделю / 30 минут |
| Ознакомление с миром природы  |  |  |  | 1 раз в неделю / 20 минут | 1 раз в неделю /30 минут |
| Формирование элементарных математических представлений | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов  | 1раз в неделю/15 минут | 1раз в неделю/20 минут | 1раз в неделю/25 минут | 1 раз в неделю /30 минут |
| **Речевое развитие** |
| **Всего** | **2/20** | **1/15** | **1/20** | **2/45** | **2/60** |
| Развитие речи | 1 раз в неделю/10 минут | 1 раз через неделю / 15 минут | 1 раз через неделю /20 минут | 1 раз в неделю / 25 минут | 1 раз в неделю /30 минут |
| Воспитание любви и интереса к художественному слову | 1 раз в неделю/10 минут | 1 раз в неделю / 20 минут | 1 раз через неделю /30 минут |
| Подготовка к обучению грамоте |  |
| **Художественно-эстетическое развитие** |
| **Всего** | **4/40** | **4/60** | **4/80** | **5/120** | **5/150** |
| Приобщение к искусству | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
| Изобрази- тельная деятельность | Рисование | 1 раз в неделю/10 минут | 1 раз в неделю / 15 минут | 1 раз в неделю /20 минут | 1 раз в неделю /25 минут | 1 раз в неделю /30 минут |
| Лепка | 1 раз в неделю/ 10 минут | 1 раз через неделю / 15 минут | 1 раз через неделю /20 минут | 1 раз через неделю /20 минут | 1 раз через неделю /30 минут |
| Аппликация | — |
| Конструктивно-модельная деятельность | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов | 1 раз в неделю /30 минут |
| Музыкальная деятельность | 2 раза в неделю /20 минут | 2 раза в неделю/30 минут | 2 раза в неделю/40 минут | 2 раза в неделю / 50 минут | 2 раза в неделю /60 минут |
| Часть, формируемая участниками образовательных отношений (программа «Конфетти-данс») | - | - | - | 1 раз в неделю/ 25 минут | - |
|  | Осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
| **Физическое развитие** |
| **Всего** |  | **3/30** | **3/45** | **3/60** | **3/75** | **4/120** |
| Физическая культура | Занятия по физическому развитию в помещении | 2 раза в неделю /20 минут | 2 раза в неделю /30 минут | 2 раза в неделю /40 минут | 2 раза в неделю /50 минут | 2 раза в неделю /60 минут |
| Занятия по физическому развитию на воздухе | 1 раз в неделю /10минут | 1 раз в неделю/15минут | 1 раз в неделю/20 минут | 1 раз в неделю /25минут | 1 раз в неделю /30 минут |
| Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
| Часть, формируемая участниками образовательных отношений (программа «Здоровый малыш») | осуществляется при взаимодействии со взрослыми, другими детьми, в самостоятельной деятельности и при проведении режимных моментов |
|  | 1 раз в неделю /30 минут |
| **Всего образовательной нагрузки****Количество занятий/минут** | **10/100** | **10/150** | **10/200** | **14/330** | **15/450** |

Задачи образовательных областей реализуются также в ходе режимных моментов, совместной и самостоятельной деятельности детей ежедневно в различных видах детской деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной деятельности – как сквозных механизмов развития ребенка).

 В дошкольном учреждении с детьми всех возрастных групп работают специалисты – музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, представлена программой «Здоровый малыш» и реализуется во всех возрастных группах в течение всего пребывания детей в учреждении через взаимодействие со взрослыми, другими детьми, самостоятельную деятельность и при проведении режимных моментов. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений, представленная программой художественно-эстетического развития «Конфетти-данс», реализуется с детьми 5-7 лет в ходе режимных моментов через совместную деятельность взрослого и детей, а в старших группах один раз в неделю через образовательную деятельность.

**Объем времени отведенный на реализацию обязательной части**

**и части, формируемой участниками образовательных отношений**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст-ная групп | Объем времени отведенный на реализацию обязатель-ной части программы | Максимальный объем времени отведенный на реализацию части, формируемой участниками образовательных отношений | Общее количество времени отведенное на реализацию программы | Примечание (время отведен-ное на дневной сон) |
| Непрерывная образовательная деятельность | Режимные моменты | Совместная деятельность взрослых и детей | Общий объем времени |
| I младшая группа (2-3г) | 410 мин91% | «Здоровый малыш» | 450 мин100% | 180 мин |
| - | 20 мин4% | 20 мин4% | 40 мин8% |
| II младшая группа (3-4г) | 415 мин92% | «Здоровый малыш» | 470 мин100% | 160 мин |
| - | 20 мин4% | 20 мин4% | 40 мин8% |
| средняя группа(4-5г)  | 400 мин84% | «Здоровый малыш» | 480 мин100% | 150 мин |
| - | 30 мин6% | 30 мин6% | 60 мин12% |
| «Конфетти – данс» |  |  |
| - | - | 20 мин4% | 20 мин4% |
| старшая группа (5-6 лет) | 380 мин76% | «Здоровый малыш» | 500 мин100% | 130 мин |
| - | 30 мин6% | 25 мин5% | 55 мин11% |
| «Конфетти – данс» |
| 25 мин5% | 15 мин3% | 25 мин5% | 65 мин13% |
| подготовительная группа (6-7 лет) | 440 мин86% | «Здоровый малыш» | 510 мин100% | 120 мин |
| 30мин6% | 10 мин2% | 10 мин2% | 50 мин10% |
| «Конфетти – данс» |
|  | 20 мин4% |  | 20 мин4% |
| Общий объем времени: 86% отведенный на реализацию обязательной части; 14%часть, формируемая участниками образовательных отношений |

Режим двигательной активности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы работы** | **Виды занятий** |  | **Количество и длительность занятий (в мин.)****в зависимости от возраста детей** |
| I младшая группадети 2-3 лет | II младшая группа дети 3-4 лет  | средняя группа дети 4-5 лет  | старшая группа дети 5-6 лет  | подготовительная группадети 6-7 лет |
| Занятие физической культурой | в помещении | 3 раза в неделю10 мин | 2 раза в неделю 15 мин | 2 разав неделю20 мин | 2 разав неделю25 мин | 2 разав неделю30 мин |
| на улице | **-** | 1 раз в неделю15 мин | 1 раз в неделю20 мин | 1 разв неделю25 мин | 1 разв неделю30 мин |
| - | в теплое время года при благоприятных метеорологических условиях |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | утренняя гимнастика | Ежедневно4 – 5 мин | Ежедневно5 – 6 мин | Ежедневно6 – 8 мин | Ежедневно8 – 10 мин | Ежедневно10 – 12 мин |
| подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно 2 раза 10 мин | Ежедневно 2 раза 15 мин | Ежедневно 2 раза 20 мин | Ежедневно 2 раза 25 мин | Ежедневно 2 раза 30 мин |
| закаливающие процедуры и гимнастика после дневного сна | Ежедневно3-4 мин | Ежедневно4-5 мин | Ежедневно5-6 мин | Ежедневно6-7 мин | Ежедневно7 – 8 мин |
| физкультурные минутки | Ежедневно1,5-2 мин | Ежедневно1,5-2 мин | Ежедневно2-3 мин | Ежедневно2-3 мин | Ежедневно2 – 3 мин |
| Активный отдых | физкультурный досуг | 1 раз в месяц20 мин | 1 раз в месяц20 мин | 1 раз в месяц20 мин | 1 раз в месяц25 мин | 1 раз в месяц30 мин |
| физкультурный праздник | - | - | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин |
| «Неделя здоровья» | 2 раза в год | 2 раза в год | 2 раза в год | 2 раза в год | 2 раза в год |
| Самостоятельная двигательная деятельность | самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| самостоятельные подвижные и спортивные игры | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |

**РЕЖИМ ДНЯ**

**(холодный период времени)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ГруппыСодержание | I младшая группа | II младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготови-тельная к школе  |
| Возраст детей | (2-3 года) | (3-4 года) | (4-5 лет) | (5-6лет) | (6-7 лет) |
| **Дома** |
| Подъем, утренний туалет, закаливание | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 |
| **В дошкольном учреждении** |
| Прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 730-830 | 730-830 | 730-830 | 730-830 | 730-830 |
| Завтрак | 830-845 | 830-845 | 830-845 | 830-845 | 840-850 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности) | 845-900 | 845-900 | 845-900 | 845-900 | 850-900 |
| Образовательная деятельность (в перерывах – самостоятельная деятельность) | 900-910910-920 -по подгруппам | 900-915925-940 | 900-920930-950 | 900-925935-1000 | 900-930940-10101020 -1050 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 920-940 | 940-950 | 950-1010 | 1000-1020 | 1050-1100 |
| Второй завтрак | 940-950 | 950 -1000  | 1010-1020 | 1020-1030 | 1100-1110 |
| Самостоятельная деятельность (подготовка к прогулке) | 950-1000 | 1000-1010 | 1020-1030 | 1030-1035 | 1110-1115 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность) | 1000 -1130 | 1010-1135 | 1030-1145 | 1035 -1155 | 1115-1220 |
| Возвращение с прогулки  | 1130 -1145 | 1135-1150 | 1145-1200 | 1155-1210 | 1220-1230 |
| Обед | 1145-1210 | 1150-1220 | 1200-1230 | 1210-1240 | 1230-1250 |
| Самостоятельная деятельность (личная гигиена, подготовка ко сну) | 1210 -1215 | 1220-1230 | 1230-1240 | 1240-1250 | 1250-1300 |
| Дневной сон | 1215-1515 | 1230-1510 | 1240-1510 | 1250-1500 | 1300-1500 |
| Постепенный подъем, гимнастика, водные процедуры, подготовка к полднику | 1515-1530 | 1510-1530 | 1510-1530 | 1500-1515 | 1500-1515 |
| Полдник | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 |
| Образовательная деятельность, самостоятельная деятельность (игры, подготовка к прогулке, личная гигиена) | 1545-1620 | 1545-1620 | 1545-1600 | 1545-1620 | 1545-1630 |
| Прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой | 1620-1800 | 1620-1800 | 1620-1800 | 1620-1800 | 1630-1800 |
| **Дома** |
| Прогулка, возвращение домой, ужин, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена) | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 |
| Ночной сон | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) |

**РЕЖИМ ДНЯ
(теплый период времени)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  ГруппыСодержание | I младшая группа | II младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготови-тельная к школе  |
| Возраст детей | (2-3 года) | (3-4 года) | (4-5 лет) | (5-6лет) | (6-7 лет) |
| **Дома** |
| Подъем, утренний туалет, закаливание | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 | 630 (700) – 730 |
| **В дошкольном учреждении** |
| Прием детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена) | 730-830 | 730-830 | 730-830 | 730-830 | 730-830 |
| Завтрак | 830-900 | 830-900 | 830-900 | 830-900 | 830-900 |
| Самостоятельная деятельность (игры, личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности,) | 900-920 | 900-920 | 900-920 | 900-920 | 900-920 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры) | 920 -1020 | 920 -1030 | 920 -1030 | 920 -1030 | 920 -1030 |
| Второй завтрак | 1020-1040 | 1030-1045 | 1030-1045 | 1030-1045 | 1030-1045 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры) | 1040-1130 | 1045-1135 | 1045-1145 | 1045-1155 | 1045-1220 |
| Возвращение с прогулки  | 1130 -1145 | 1135-1150 | 1145-1200 | 1155-1210 | 1220-1230 |
| Обед | 1145-1210 | 1150-1220 | 1200-1230 | 1210-1240 | 1230-1250 |
| Самостоятельная деятельность (личная гигиена, подготовка ко сну) | 1210 -1215 | 1220-1230 | 1230-1240 | 1240-1250 | 1250-1300 |
| Дневной сон | 1215-1515 | 1230-1510 | 1240-1510 | 1250-1500 | 1300-1500 |
| Постепенный подъем, гимнастика, водные процедуры, подготовка к полднику | 1515-1530 | 1510-1530 | 1510-1530 | 1500-1515 | 1500-1515 |
| Полдник | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 | 1530-1545 |
| Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к прогулке, личная гигиена) | 1545-1600 | 1545-1600 | 1545-1600 | 1545-1600 | 1545-1600 |
| Прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой | 1620-1800 | 1620-1800 | 1620-1800 | 1620-1800 | 1620-1800 |
| **Дома** |
| Прогулка, возвращение домой, ужин, самостоятельная деятельность детей (игры, личная гигиена) | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 | 1730 – 20 30 |
| Ночной сон | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) | 2030 (2100) - 0630 (0730) |