

### **3.5. Проектирование образовательной деятельности в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями**

#### **3.5.1. Режим дня**

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Основные принципы построения режима дня:

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
2. Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому для каждой возрастной группы определен свой режим дня.
3. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим образовательного учреждения, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность. Режим дня составлен с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13, а также климатических условий нашего региона.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется ДОО в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой (в зависимости от возрастной группы). В теплый период года, а также в летний оздоровительный период (в благоприятную погоду), прием детей осуществляется на улице (на прогулочных участках).

При организации режима пребывания детей организуется прием пищи с интервалом 3 - 4 часа и дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры, закаливающие процедуры. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. На самостоятельную деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отведено не менее 3 - 4 часов. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки. В младшей и средней группах максимально допустимый объем образовательной нагрузки не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательная деятельность,

требуемая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. В зависимости от погодных условий в режиме дня возможны изменения (организуются вариативные прогулки).

Режим группы кратковременного пребывания «группа в группе» соответствует режиму соответствующих возрастных групп (с учетом времени ухода детей домой в 12.00).

Разработка режима строилась с учетом социального заказа родителей и соответствующих документов:

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации: от 15.05.2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ от 17 октября 2013 г. № 1155

**Режим дня детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) Группа №1 «Звездочка» на 2017-2018 уч.г.**

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25
<b>Завтрак</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:40	9:00	0:20	8:40	9:50	1:10	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20
<b>НОД</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:50</b>	<b>10:10</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (подготовка к занятиям)	9:20	9:40	0:20	10:10	10:40	0:30	9:20	9:40	0:20	9:20	9:50	0:30	9:20	9:40	0:20
<b>НОД</b>	<b>9:40</b>	<b>10:00</b>	<b>0:20</b>	<b>10:40</b>	<b>11:00</b>	<b>0:20</b>	<b>9:40</b>	<b>10:00</b>	<b>0:20</b>	<b>9:50</b>	<b>10:10</b>	<b>0:20</b>	<b>9:40</b>	<b>10:00</b>	<b>0:20</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	10:00	12:10	2:10	11:00	12:10	1:10	10:00	12:10	2:10	10:10	12:10	2:00	10:00	12:10	2:10
<b>Обед</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15
<b>Полдник</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10

<b>Ужин</b>	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15
Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) Группа №2 «Мотылек» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50
<b>Завтрак</b>	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05
<b>НОД</b>	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30
Совместная деятельность	9:30	9:40	0:10				9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10			
Подготовка к прогулке, прогулка				9:30	11:10	1:40			0:00				9:30	11:10	1:40
<b>НОД</b>	9:40	10:10	0:30	11:10	11:40	0:30	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30	11:10	11:40	0:30
Подготовка к прогулке, прогулка	10:10	12:40	2:30			0:00	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30			0:00
Совместная деятельность				11:40	12:40	1:00							11:40	12:40	1:00
<b>Обед</b>	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
Самостоятельная деятельность	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16
<b>Полдник</b>	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04
<b>НОД</b>	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05
<b>Ужин</b>	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05
Подготовка к прогулке,	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00

прогулка															
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) Группа №3 «Ромашка» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25
<b>Завтрак</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:30	0:50
<b>НОД</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (подготовка к занятиям)	9:20	9:30	0:10	9:20	9:30	0:10	9:20	9:30	0:10	9:20	9:30	0:10	9:50	10:40	0:50
<b>НОД</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>	<b>10:40</b>	<b>11:00</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	9:50	10:30	0:40	9:50	10:30	0:40	9:50	10:30	0:40	9:50	10:30	0:40			0:00
Подготовка к прогулке, прогулка	10:30	12:10	1:40	10:30	12:10	1:40	10:30	12:10	1:40	10:30	12:10	1:40	11:00	12:10	1:10
<b>Обед</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15
<b>Полдник</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10
<b>Ужин</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>

Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) Группа №4 «Радужка» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40
<b>Завтрак</b>	<b>8:40</b>	<b>8:50</b>	<b>0:10</b>	<b>8:40</b>	<b>8:50</b>	<b>0:10</b>	<b>8:40</b>	<b>8:50</b>	<b>0:10</b>	<b>8:40</b>	<b>8:50</b>	<b>0:10</b>	<b>8:40</b>	<b>8:50</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10
Подготовка к прогулке, прогулка	9:00	10:25	1:25												
<b>НОД</b>	<b>10:25</b>	<b>10:50</b>	<b>0:25</b>	<b>9:00</b>	<b>9:25</b>	<b>0:25</b>	<b>9:00</b>	<b>9:25</b>	<b>0:25</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:25</b>	<b>0:25</b>
Совместная деятельность (подготовка к занятиям)	10:50	11:20	0:30	9:25	9:35	0:10	9:25	9:35	0:10	9:20	10:25	1:05			
<b>НОД</b>	<b>11:20</b>	<b>11:40</b>	<b>0:20</b>	<b>9:35</b>	<b>9:55</b>	<b>0:20</b>	<b>9:35</b>	<b>9:55</b>	<b>0:20</b>	<b>10:25</b>	<b>10:50</b>	<b>0:25</b>			
Совместная/самостоятельная деятельность (подготовка к обеду)	11:40	12:00	0:20												
Подготовка к прогулке, прогулка			0:00	9:55	12:00	2:05	9:55	12:00	2:05	10:50	12:00	1:10	9:25	11:20	1:55
<b>НОД</b>													<b>11:20</b>	<b>11:40</b>	<b>0:20</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (подготовка к обеду)													11:40	12:00	0:20
<b>Обед</b>	<b>12:00</b>	<b>12:20</b>	<b>0:20</b>	<b>12:00</b>	<b>12:20</b>	<b>0:20</b>	<b>12:00</b>	<b>12:20</b>	<b>0:20</b>	<b>12:00</b>	<b>12:20</b>	<b>0:20</b>	<b>12:00</b>	<b>12:20</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>13:00</b>	<b>15:00</b>	<b>2:00</b>	<b>13:00</b>	<b>15:00</b>	<b>2:00</b>	<b>13:00</b>	<b>15:00</b>	<b>2:00</b>	<b>13:00</b>	<b>15:00</b>	<b>2:00</b>	<b>13:00</b>	<b>15:00</b>	<b>2:00</b>
Постепенный подъем,	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15

закаливание, подготовка к полднику															
<b>Полдник</b>	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05
<b>НОД</b>	15:20	15:45	0:25	15:20	15:45	0:25	15:20	15:45	0:25	15:20	15:45	0:25	15:20	15:45	0:25
Самостоятельная деятельность (худ. творч, игры)	15:45	17:40	1:55	15:45	17:40	1:55	15:45	17:40	1:55	15:45	17:40	1:55	15:45	17:40	1:55
<b>Ужин</b>	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10
Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) Группа №5 «Ягодка» на 2017-2018 уч.г

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50
<b>Завтрак</b>	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05	8:50	8:55	0:05
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05
<b>НОД</b>	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30	9:00	9:30	0:30
Совместная деятельность	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10
Подготовка к прогулке, прогулка	9:40	11:35	1:55												
<b>НОД</b>	11:35	12:05	0:30	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30
Подготовка к прогулке, прогулка			0:00	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30
Совместная деятельность	12:05	12:40	0:35												
<b>Обед</b>	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
Самостоятельная деятельность	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10

Подготовка ко сну, сон	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16
Полдник	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04
НОД	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30	15:20	15:50	0:30
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05	15:50	17:55	2:05
Ужин	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05
Подготовка к прогулке, прогулка	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей младшего возраста (3-4 лет) Группа № 6 «Солнышко» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15
Завтрак	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:28	9:00	0:32	8:28	9:00	0:32	8:28	9:00	0:32	8:28	8:45	0:17	8:28	9:00	0:32
НОД	9:00	9:15	0:15	9:00	9:15	0:15	9:00	9:15	0:15	8:45	9:00	0:15	9:00	9:15	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	9:15	10:00	0:45	9:15	10:00	0:45	9:15	10:00	0:45	9:00	10:00	1:00	9:15	10:00	0:45
НОД	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15

Подготовка к прогулке, прогулка	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30
<b>Обед</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20
<b>Полдник</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05
<b>Ужин</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей младшего возраста (3-4 лет) Группа № 7 «Карлсон» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15
<b>Завтрак</b>	<b>8:15</b>	<b>8:28</b>	<b>0:13</b>	<b>8:15</b>	<b>8:28</b>	<b>0:13</b>	<b>8:15</b>	<b>8:28</b>	<b>0:13</b>	<b>8:15</b>	<b>8:28</b>	<b>0:13</b>	<b>8:15</b>	<b>8:28</b>	<b>0:13</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:28	9:00	0:32	8:28	9:00	0:32	8:28	9:00	0:32	8:28	9:35	1:07	8:28	9:00	0:32
<b>НОД</b>	<b>9:00</b>	<b>9:15</b>	<b>0:15</b>	<b>9:00</b>	<b>9:15</b>	<b>0:15</b>	<b>9:00</b>	<b>9:15</b>	<b>0:15</b>	<b>9:35</b>	<b>9:50</b>	<b>0:15</b>	<b>9:00</b>	<b>9:15</b>	<b>0:15</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	9:15	9:35	0:20	9:15	9:25	0:10	9:15	9:35	0:20	9:50	10:20	0:30	9:15	10:00	0:45
<b>НОД</b>	<b>9:35</b>	<b>9:50</b>	<b>0:15</b>	<b>9:25</b>	<b>9:40</b>	<b>0:15</b>	<b>9:35</b>	<b>9:50</b>	<b>0:15</b>	<b>10:20</b>	<b>10:40</b>	<b>0:20</b>	<b>10:00</b>	<b>10:15</b>	<b>0:15</b>
Совместная/самостоятельная	9:50	10:30	0:40	9:40	10:30	0:50	9:50	10:30	0:40			0:00	10:15	10:30	0:15



ая деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)															
Подготовка к прогулке, прогулка	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:40	12:00	1:20	10:30	12:00	1:30
<b>Обед</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>	<b>12:00</b>	<b>12:30</b>	<b>0:30</b>
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>	<b>12:30</b>	<b>15:00</b>	<b>2:30</b>
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20
<b>Полдник</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>	<b>15:20</b>	<b>15:30</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05
<b>Ужин</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>	<b>17:35</b>	<b>17:48</b>	<b>0:13</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) Группа №8 «Белочка» на 2017-2018 уч.г

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50	7:00:00	8:50	1:50
<b>Завтрак</b>	<b>8:50</b>	<b>8:55</b>	<b>0:05</b>	<b>8:50</b>	<b>8:55</b>	<b>0:05</b>	<b>8:50</b>	<b>8:55</b>	<b>0:05</b>	<b>8:50</b>	<b>8:55</b>	<b>0:05</b>	<b>8:50</b>	<b>8:55</b>	<b>0:05</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05	8:55	9:00	0:05
<b>НОД</b>	<b>9:00</b>	<b>9:30</b>	<b>0:30</b>	<b>9:00</b>	<b>9:30</b>	<b>0:30</b>	<b>9:00</b>	<b>9:30</b>	<b>0:30</b>	<b>9:00</b>	<b>9:30</b>	<b>0:30</b>	<b>9:00</b>	<b>9:30</b>	<b>0:30</b>
Совместная деятельность	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10	9:30	9:40	0:10
Подготовка к прогулке, прогулка			0:00			0:00			0:00	9:40	11:35	1:55			0:00

НОД	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30	9:40	10:10	0:30	11:35	12:05	0:30	9:40	10:10	0:30
Подготовка к прогулке, прогулка	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30	10:10	12:40	2:30			0:00	10:10	12:40	2:30
Совместная деятельность			0:00			0:00			0:00	12:05	12:40	0:35			0:00
Обед	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
Самостоятельная деятельность	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10	12:50	13:00	0:10
Подготовка ко сну, сон	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16	15:00	15:16	0:16
Полдник	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04	15:16	15:20	0:04
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:20	16:00	0:40	15:20	16:00	0:40	15:20	16:00	0:40	15:20	16:00	0:40	15:20	16:00	0:40
НОД	16:00	16:30	0:30	16:00	16:30	0:30	16:00	16:30	0:30	16:00	16:30	0:30	16:00	16:30	0:30
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	16:30	17:55	1:25	16:30	17:55	1:25	16:30	17:55	1:25	16:30	17:55	1:25	16:30	17:55	1:25
Ужин	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05	17:55	18:00	0:05
Подготовка к прогулке, прогулка	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00	18:00	19:00	1:00
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) Группа №9 «Мишутка» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25
Завтрак	8:25	8:40	0:15	8:25	8:40	0:15	8:25	8:40	0:15	8:25	8:40	0:15	8:25	8:40	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	8:50	0:10	8:40	9:00	0:20
НОД	9:00	9:20	0:20	9:00	9:20	0:20	9:00	9:20	0:20	8:50	9:10	0:20	9:00	9:20	0:20

Совместная деятельность (подготовка к занятиям)	9:20	9:40	0:20	9:20	10:20	1:00	9:20	9:40	0:20	9:10	9:20	0:10	9:20	9:30	0:10
<b>НОД</b>	9:40	10:00	0:20	10:20	10:40	0:20	9:40	10:00	0:20	9:20	9:40	0:20	9:30	9:50	0:20
Подготовка к прогулке, прогулка	10:00	12:10	2:10	10:40	12:10	1:30	10:00	12:10	2:10	9:40	12:10	2:30	9:50	12:10	2:20
<b>Обед</b>	12:10	12:40	0:30	12:10	12:40	0:30	12:10	12:40	0:30	12:10	12:40	0:30	12:10	12:40	0:30
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15
<b>Полдник</b>	15:15	15:25	0:10	15:15	15:25	0:10	15:15	15:25	0:10	15:15	15:25	0:10	15:15	15:25	0:10
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10
<b>Ужин</b>	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15	17:35	17:50	0:15
Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) Группа №10 «Сказка» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40	7:00	8:40	1:40
<b>Завтрак</b>	8:40	8:50	0:10	8:40	8:50	0:10	8:40	8:50	0:10	8:40	8:50	0:10	8:40	8:50	0:10
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10	8:50	9:00	0:10
<b>НОД</b>	9:00	9:20	0:20	9:00	9:20	0:20	9:00	9:25	0:25	9:00	9:20	0:20	9:00	9:25	0:25
Совместная деятельность (подготовка к занятиям)			0:00			0:00	9:25	9:35	0:10			0:00	9:25	9:35	0:10

Подготовка к прогулке, прогулка	9:20	11:00	1:40	9:20	11:00	1:40				9:20	11:00	1:40			
<b>НОД</b>	11:00	11:25	0:25	11:00	11:25	0:25	9:35	9:55	0:20	11:00	11:25	0:25	9:35	9:55	0:20
Совместная/самостоятельная деятельность (подготовка к обеду)	11:25	12:00	0:35	11:25	12:00	0:35				11:25	12:00	0:35			
Подготовка к прогулке, прогулка			0:00			0:00	9:55	12:00	2:05			0:00	9:55	12:00	2:05
<b>Обед</b>	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40	12:20	13:00	0:40
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00	13:00	15:00	2:00
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15
<b>Полдник</b>	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05	15:15	15:20	0:05
Самостоятельная деятельность (худ. творч, игры)	15:20	17:40	2:20	15:20	16:40	1:20	15:20	16:40	1:20	15:20	16:40	1:20	15:20	16:40	1:20
<b>НОД</b>			0:00	16:40	17:05	0:25	16:40	17:05	0:25	16:40	17:05	0:25	16:40	17:05	0:25
Самостоятельная деятельность (худ. творч, игры)			0:00	17:05	17:40	0:35	17:05	17:40	0:35	17:05	17:40	0:35	17:05	17:40	0:35
<b>Ужин</b>	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10	17:40	17:50	0:10
Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей разновозрастной группы (3-8 лет) Группа №11 «Монтессори» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени	начало	конец	кол-во времени
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:20	1:20	7:00	8:20	1:20	7:00	8:20	1:20	7:00	8:20	1:20	7:00	8:20	1:20
<b>Завтрак</b>	8:20	8:35	0:15	8:20	8:35	0:15	8:20	8:35	0:15	8:20	8:35	0:15	8:20	8:35	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч,			0:00	8:35	9:00	0:25	8:35	9:00	0:25			0:00	8:35	9:00	0:25

игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)																
	НОД мл.в.	8:35	8:50	0:15	9:00	9:15	0:15	9:00	9:15	0:15	8:35	8:50	0:15	9:00	9:15	0:15
	Ср.в.	8:35	8:55	0:20	9:00	9:20	0:20	9:00	9:20	0:20	8:35	8:55	0:20	9:00	9:20	0:20
	Ст.в	8:35	9:00	0:25	9:00	9:25	0:25	9:00	9:25	0:25	8:35	9:00	0:25	9:00	9:25	0:25
Подготовка к прогулке, прогулка					9:25	11:20	1:55				9:00	11:20	2:20			
Совместная деятельность		9:00	9:35	0:35			0:00	9:25	9:35	0:10			0:00	9:25	9:35	0:10
	НОД мл.в.	9:35	9:50	0:15	11:20	11:35	0:15	9:35	9:50	0:15	11:20	11:35	0:15	9:35	9:50	0:15
	Ср.в.	9:35	9:55	0:20	11:20	11:40	0:20	9:35	9:55	0:20	11:20	11:40	0:20	9:35	9:55	0:20
	Ст.в	9:35	9:55	0:20	11:20	11:40	0:20	9:35	9:55	0:20	11:20	11:40	0:20	9:35	9:55	0:20
Подготовка к прогулке, прогулка		9:55	12:00	2:05			0:00	9:55	12:00	2:05	11:40	12:00	0:20	9:55	12:00	2:05
Самостоятельная деятельность					11:40	12:00	0:20									
<b>Обед</b>		12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20	12:00	12:20	0:20
Самостоятельная деятельность		12:20	12:50	0:30	12:20	12:50	0:30	12:20	12:50	0:30	12:20	12:50	0:30	12:20	12:50	0:30
<b>Подготовка ко сну, сон</b>		12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10	12:50	15:00	2:10
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику		15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20
<b>Полдник</b>		15:20	15:25	0:05	15:20	15:25	0:05	15:20	15:25	0:05	15:20	15:25	0:05	15:20	15:25	0:05
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы) (мл. возр)		15:25	17:40	2:15	15:25	15:30	0:05	15:25	15:30	0:05	15:25	15:30	0:05	15:25	15:30	0:05
<b>НОД (ст. возр)/</b>				0:00	15:30	15:55	0:25	15:30	15:55	0:25	15:30	15:55	0:25	15:30	15:55	0:25
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)				0:00	15:55	17:40	1:45	15:55	17:40	1:45	15:55	17:40	1:45	15:55	17:40	1:45
<b>Ужин</b>		17:40	17:55	0:15	17:40	17:55	0:15	17:40	17:55	0:15	17:40	17:55	0:15	17:40	17:55	0:15
Подготовка к прогулке, прогулка		17:55	19:00	1:05	17:55	19:00	1:05	17:55	19:00	1:05	17:55	19:00	1:05	17:55	19:00	1:05
итоги:				12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) Группа №12 «Капитошка» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	начало	конец	Кол-во времен и (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)	начало	конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25	7:00	8:25	1:25
<b>Завтрак</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>	<b>8:25</b>	<b>8:40</b>	<b>0:15</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	9:00	0:20	8:40	8:50	0:10	8:40	9:00	0:20
<b>НОД</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>	<b>8:50</b>	<b>9:10</b>	<b>0:20</b>	<b>9:00</b>	<b>9:20</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (подготовка к занятиям)	9:20	9:40	0:20	9:20	10:20	1:00	9:20	9:40	0:20	9:10	9:20	0:10	9:20	9:30	0:10
<b>НОД</b>	<b>9:40</b>	<b>10:00</b>	<b>0:20</b>	<b>10:20</b>	<b>10:40</b>	<b>0:20</b>	<b>9:40</b>	<b>10:00</b>	<b>0:20</b>	<b>9:20</b>	<b>9:40</b>	<b>0:20</b>	<b>9:30</b>	<b>9:50</b>	<b>0:20</b>
Совместная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	10:00	10:10	0:10			0:00	10:00	10:10	0:10	9:40	10:10	0:30	9:50	10:10	0:20
Подготовка к прогулке, прогулка	10:10	12:10	2:00	10:40	12:10	1:30	10:10	12:10	2:00	10:10	12:10	2:00	10:10	12:10	2:00
<b>Обед</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>	<b>12:10</b>	<b>12:40</b>	<b>0:30</b>
Совместная деятельность (подготовка к дневному сну)	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10	12:40	12:50	0:10
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>	<b>12:50</b>	<b>15:00</b>	<b>2:10</b>
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15	15:00	15:15	0:15
<b>Полдник</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>	<b>15:15</b>	<b>15:25</b>	<b>0:10</b>
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10	15:25	17:35	2:10
<b>Ужин</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>	<b>17:35</b>	<b>17:50</b>	<b>0:15</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10	17:50	19:00	1:10
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

Режим дня детей младшего возраста (3-4 лет) Группа № 13 «Родничок» на 2017-2018 уч.г.

Режимные моменты	Пн			Вт			Ср			Чт			Пт		
	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)	Начало	Конец	Кол-во времени (ч:мин)
Прием, индивид. работа, игры, дежурство, зарядка	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15	7:00	8:15	1:15
<b>Завтрак</b>	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13	8:15	8:28	0:13
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	8:28	9:10	0:42	8:28	9:00	0:32	8:28	9:00	0:32	8:28	9:10	0:42	8:28	9:00	0:32
<b>НОД</b>	9:10	9:25	0:15	9:00	9:15	0:15	9:00	9:15	0:15	9:10	9:25	0:15	9:00	9:15	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы, подготовка к занятиям)	9:25	10:00	0:35	9:15	10:00	0:45	9:15	10:00	0:45	9:25	10:00	0:35	9:15	10:00	0:45
<b>НОД</b>	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15	10:00	10:15	0:15
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15	10:15	10:30	0:15
Подготовка к прогулке, прогулка	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30	10:30	12:00	1:30
<b>Обед</b>	12:00	12:30	0:30	12:00	12:30	0:30	12:00	12:30	0:30	12:00	12:30	0:30	12:00	12:30	0:30
<b>Подготовка ко сну, сон</b>	12:30	15:00	2:30	12:30	15:00	2:30	12:30	15:00	2:30	12:30	15:00	2:30	12:30	15:00	2:30
Постепенный подъем, закаливание, подготовка к полднику	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20	15:00	15:20	0:20
<b>Полдник</b>	15:20	15:30	0:10	15:20	15:30	0:10	15:20	15:30	0:10	15:20	15:30	0:10	15:20	15:30	0:10
Совместная/самостоятельная деятельность (худ. творч, игры, ЧХЛ, беседы)	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05	15:30	17:35	2:05
<b>Ужин</b>	17:35	17:48	0:13	17:35	17:48	0:13	17:35	17:48	0:13	17:35	17:48	0:13	17:35	17:48	0:13
Подготовка к прогулке, прогулка	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12	17:48	19:00	1:12
итого:			12:00			12:00			12:00			12:00			12:00

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОГУЛКИ В МБОУ НШ «Перспектива»**

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет около 3 - 4 часов. Прогулка детей организуется согласно п.11.5 и п. 11.6 СанПиН-2.4.1.3049-13: рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок детей составляет 3 - 4 часа.

Продолжительность прогулки определяется образовательной организацией в зависимости от климатических условий. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. В теплое время года прием детей осуществляется на улице. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.

Прогулка состоит из следующих частей: наблюдение, подвижные игры, спортивные игры, малоподвижные игры, трудовая деятельность, сюжетно-ролевая игра, индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств и самостоятельная деятельность на участке.

**Температурный режим для проведения прогулок  
с воспитанниками дошкольного отделения  
в зимний период**

<b>Возрастные группы</b>	<b>Температура воздуха</b>	<b>Сила ветра</b>	<b>Продолжительность прогулки</b>
<b>Группы младшего дошкольного возраста (3-4)</b>	до - 18	без ветра	согласно режиму дня
	от - 15 до -17	до 5 м/с	не менее 30 минут
	от -18 до - 19	до 3 м/с	не менее 30 минут
<b>Группы среднего дошкольного возраста (4-5)</b>	до -18	без ветра	согласно режиму дня
	от -19 до - 22	без ветра	не менее 1 часа
	от - 18 до - 20	до 5 м/с	не менее 30 минут
	от - 20 до - 23	до 2 м/с (включительно)	не менее 30 минут
<b>Группы старшего дошкольного возраста (5-7)</b>	до - 20	без ветра	согласно режиму дня
	от - 21 до - 23	без ветра	не менее 1 часа
	от - 20 до -22	до 10 м/с	не менее 30 минут
	до - 22 до -24	до 3 м/с (включительно)	не менее 30 минут

**Режим отмены прогулок для воспитанников  
дошкольного отделения**

<b>Возрастная категория детей</b>	<b>Температура воздуха</b>	<b>Сила ветра</b>
<b>Группы младшего дошкольного возраста</b>	от -15 до -17	Свыше 5 м/с
	от -18 до -19	Свыше 3 м/с
	-20	Без ветра



<b>Группы среднего дошкольного возраста</b>	от -18 до -20	Свыше 5 м/с
	от -20 до -23	Свыше 2 м/с
	от -19 до -22	До 5 м/с
	- 24	Без ветра
<b>Группы старшего дошкольного возраста</b>	от -20 до -22	Свыше 10 м/с
	от -22 до -24	Свыше 3 м/с
	от -21 до -23	До 5 м/с
	-25	Без ветра

### **ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В МБОУ НШ «Перспектива»**

Питание является основой для физического и нервно-психического развития детей, повышения сопротивляемости организма к заболеваниям.

Основными принципами организации рационального питания детей является:

- обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;
- соблюдение определенного режима питания;
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов;
- создание условий для эстетического и культурно - гигиенического развития детей.

На основе примерного перспективного десятидневного меню медицинским работником составляется ежедневное меню на неделю вперед, что обеспечивает правильное сочетание блюд в рационе, разнообразие в диете, и повышение усвоения отдельных продуктов, распределение калорийности питания в течение суток, строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка. Пища должна не только удовлетворять потребности растущего организма и вызывать чувство насыщения, но и соответствовать возрастной емкости желудка. Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы.

Принципы организации режима питания:

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание;
- режим строится с учетом 12- часового пребывания детей в ОУ, при организации 5-х разового питания;
- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу.

Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65 градусов С; холодные закуски, салаты, напитки – не ниже +15 градусов;

- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания: мыть руки перед едой, класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо пережевывать, правильно пользоваться столовыми приборами, пользоваться бумажной салфеткой, после окончания еды полоскать рот.

Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, ножом, вилкой, столовой и чайной ложками. На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице. В организации питания, начиная с группы среднего дошкольного возраста, принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

### **ГРАФИК ВЫДАЧИ ГОТОВОЙ ПИЩИ** (холодный период)

#### **ЗАВТРАК**

**08.00 – группы № 6, 7, 13, 11**

**08.20 – группы № 4, 10**

**08.10 – группы № 1, 3, 9, 12**

**08.30 – группы № 2, 5, 8**

#### **СОК**

**10.00**

#### **ОБЕД**

**11.30 – группы № 6, 7, 13, 11**

**11.50 – группы № 4, 10**

**11.40 – группы № 1, 3, 9, 12**

**12.10 – группы № 2, 5, 8**

#### **ПОЛДНИК**

**15.00 – группы № 2, 5, 8**

**15.10 – группы № 1, 3, 9, 12**

**15.05 – группы № 4, 10**

**15.15 – группы № 6, 7, 13, 11**

#### **УЖИН**

**17.20 – группы № 6, 7, 13, 11**

**17.30 – группы № 4, 10, 2, 5, 8**

**17.25 – группы № 1, 3, 9, 12**

В случае карантина – время получения пищи с пищеблока устанавливается индивидуально (ответственный – старшая медицинская сестра)

**ОРГАНИЗАЦИЯ СНА В МБОУ НШ «Перспектива»**

При недостатке сна 1,5 часа в сутки выносливость нервных клеток у детей ослабевает, наступает снижение активности, вялости. Недосыпание может привести к невротическим расстройствам. Поэтому общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2,0-2,5 часа отводят дневному сну.

При организации сна учитывают следующие правила:

В момент подготовки детей к сну обстановка должна быть спокойной, шумных игры исключаются за 30 минут до сна.

1. Первыми за обеденный стол садятся дети с ослабленным здоровьем, чтобы затем они первыми ложились спать.
2. Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
3. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.
4. Не допускается хранение в спальне лекарства и дезинфицирующих растворов.
5. Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Физическое воспитание детей направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Используются следующие формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 8 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организованы занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Занятия проводятся с детьми, у которых отсутствуют медицинские противопоказания, а также имеется соответствующая спортивная одежда, соответствующая погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию

организуется на открытом воздухе.

Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

### Организационно - технологические условия физического развития детей

<b>Средства физического развития</b>			
Естественные силы природы (солнце, воздух, вода).	Гигиенические факторы	Различные виды деятельности компонентом которой является движение (лепка, рисование)	Физические упражнения (ОВД, ОРУ, строевые упр., игры)
<b>Методы физического развития</b>			
<b>Наглядные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)</li> <li>• Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни)</li> <li>• Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)</li> </ul>	<b>Словесные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Объяснения, пояснения, указания;</li> <li>• Подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>• Вопросы к детям</li> <li>• Образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>• Словесная инструкция</li> </ul>	<b>Практические:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>• Проведение упражнений в игровой форме;</li> <li>• Проведение упражнений в соревновательной форме</li> </ul>	

### Система физкультурно-оздоровительной работы МБОУ НШ «Перспектива»

№	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
<b>I. МОНИТОРИНГ</b>				
1.	Определение уровня физического развития	Все дошкольные группы	2 раза в год (в сентябре и апреле)	Медсестра, инструктор по физической культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Дети от 4 до 7 лет	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, Медсестра, врач
<b>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2.	Занятия физической культурой: (в зале, на воздухе)	Все группы	3 раза в неделю (2 – в зале; 1 – на улице)	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
3.	Подвижные игры:(сюжетные, бессюжетные, игры-забавы, соревнования, эстафеты, аттракционы, во время утреннего приема)	Все дошкольные группы	Ежедневно	Воспитатели групп
4.	Оздоровительные мероприятия: (гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, игровой массаж, «Тропа здоровья»)	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные игры	Группы старшего дошкольного возраста	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Физкультминутки	Все группы	Ежедневно	Все педагоги
7.	Релаксация	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
8.	Физические упражнения и игровые задания (артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика)	Все дошкольные группы	Ежедневно	Воспитатели групп
9.	Психогимнастика	Все дошкольные группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
10.	Физкультурные досуги	Все дошкольные группы	2 раза в месяц	Инструктор по физической культуре,
11.	Спортивные праздники	Все дошкольные группы	2 раза в год	Инструкторы по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели

12.	День здоровья	Все группы	1 раз в месяц	Инструкторы по физической культуре, Медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп
13.	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
14.	Музыкально-ритмические движения	Группы старшего дошкольного возраста	НОД (музыка, физическая культура)	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
15.	Игровые упражнения (зоркий глаз, ловкие прыгуны, подлезание, пролезание, перелезание)	Все дошкольные группы	Ежедневно	Воспитатели групп

### III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1.	Стимулирующая терапия (витаминотерапия, лечебное смазывание носа оксолиновой мазью)	Все группы	В неблагоприятные периоды возникновения инфекции	Медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	Постоянно	Медсестра, воспитатели групп
3.	Обеспечение здорового ритма жизни (щадящий режим в адаптационный период, гибкий режим, организация микроклимата и стиля жизни группы, рациональное питание)	Все группы	Ежедневно	Медсестра, воспитатели
4.	Гигиенические и водные процедуры (умывание, мытье рук, игры с водой, обеспечение чистоты среды)	Все группы	Ежедневно	Медсестра, воспитатели, младшие воспитатели
5.	Свето-воздушные ванны (проветривание помещений, сон при открытых фрамугах, прогулки на свежем воздухе)	Все группы	Ежедневно	Медсестра, воспитатели
6.	Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха	Все группы	В течение года	Медсестра, воспитатели

### IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения при проведении НОД и перед сном	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели групп
2.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Медсестра, младшие воспитатели

#### V. ЗАКАЛИВАНИЕ

1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на занятиях физической культурой	Воспитатели, инструкторы по физической культуре
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, во время НОД по физической культуре в зале, на прогулке в летний период	Воспитатели, инструкторы по физической культуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
4.	Мытье рук, лица прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
5.	Воздушно-температурный режим	Все группы	В течение дня	Медсестра, воспитатели, младшие воспитатели
6.	Воздушные ванны (прием детей на свежем воздухе)	Все группы	В течение дня	Воспитатели групп
7.	Специальные закаливающие воздействия (игровой массаж, хождение по «Тропе здоровья»)	Все группы	В течение дня	Воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

#### VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ

1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно в 10.00	Младшие воспитатели, воспитатели
----	-----------------------------	------------	-------------------	----------------------------------

## ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

В связи с учетом особенностей двигательной активности детей дошкольного возраста в МБОУ разработана рациональная модель двигательной активности детей.

### ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ АКТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ

№	Вид деятельности	Продолжительность		
		младший дошкольный возраст (3 – 4 года)	средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)	старший дошкольный возраст (5 – 7 лет)
1. Физкультурно – оздоровительные мероприятия				
1.1	Утренняя гимнастика	5 – 6 мин	6 – 8 мин	8 – 12 мин.
1.2	Артикуляционная гимнастика	5 мин	6 – 8 мин	10 – 12 мин
1.3	Дыхательная гимнастика	2 мин	2-3 мин	2-3 мин
1.4	Пальчиковая гимнастика	2 мин	2 мин	1-2 мин
1.5	Закаливание	7-10 мин	10 мин	10-12 мин
1.6	Спортивные игры		20 – 25 мин	25 - 30 мин
1.7	Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в кварта
1.8	Физминутки	2 мин	3 мин	3 мин
1.9	Подвижные игры и упражнения в процессе утреннего приема	15 – 20 мин	20 – 25 мин	25 – 30 мин
1.10	Подвижные игры и упражнения во время дневной прогулки	20 – 25 мин	25 – 30 мин	30 – 35 мин
1.11	Подвижные игры и упражнения во время вечерней прогулки	15 – 20 мин	20 – 25 мин	25 - 30 мин
1.12	Индивидуальная работа по развитию движений (дневная и вечерняя прогулка)	8 - 10 мин	10 – 12 мин	12 – 15 мин
1.13	Экскурсии, походы (пешие)	20 мин	30 – 40 мин	50 - 60 мин
1.14	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	6 – 8 мин	8 мин	10 мин
1.15	Непосредственно образовательная деятельность по физическому воспитанию	10 -15 мин	20 мин	25 – 30 мин
2. Самостоятельная деятельность				



2.1	Самостоятельная двигательная активность	5 мин	10 мин	15 мин
3. Спортивные массовые мероприятия				
3.1	Физкультурный досуг	15 мин	20 мин	25 - 30 мин
3.2	Спортивный праздник на открытом воздухе	20 мин	40 - 45 мин	50 - 60 мин

### СИСТЕМА ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ В МБОУ НШ «Перспектива»

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. в день)			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	5-7	5-10	7-10	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	<b>Индивидуально</b>			
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босохождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15	до 20	до 25	до 30
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	до 15	до 20	до 25	до 30
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание свето-воздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день до 2 часов	2 раза в день по 1ч 50 мин – 2 часа	2 раза в день по 1ч 40 мин – 2 часа	
		<b>с учетом погодных условий</b>			
Полоскание горла (рта) после обеда	Закаливание водой в повседневной жизни	3-7	3-7	3-5	3-5
		<b>Подготовка и сама процедура</b>			
Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	<b>В соответствии с действующими СанПиН</b>			
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5-7	5-10	7-10	7-10

Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и водные процедуры («расширенное» умывание)	5-15
--------------------------------	---	------

### РЕЖИМ ПРОВЕТРИВАНИЯ В ГРУППОВЫХ ЯЧЕЙКАХ

Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы.

Проветривание проводят в отсутствие детей и заканчивают за 30 мин. до их прихода с прогулки или занятий. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4°C. В помещениях спален сквозное проветривание проводят до укладывания детей спать. В холодное время года фрамуги, форточки закрывают за 10 минут до отхода ко сну детей; открывают во время сна с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуют при открытых окнах (избегая сквозняка).

Значения температуры воздуха должны приниматься в соответствии с требованиями 2.4.1.3049-13

Помещения	Температура воздуха
Приемные, игровые младшей дошкольной группы	21-23°C
Групповые, раздевальные: младший, средний дошкольный возраст	21-23°C
Групповые, раздевальные: старший дошкольный возраст	21-23°C
Спальни дошкольных групп	19-20°C
Туалетные дошкольных групп	21-23°C
Залы для музыкальных и физкультурных занятий	19-20°C

Скорость движения воздуха в основных помещениях не более 0,1 м/с. Концентрация вредных веществ воздуха помещений с постоянным пребыванием детей (групповые, игровые, спальни, комнаты для музыкальных и физкультурных занятий) не должны превышать предельно-допустимые концентрации (ПДК) для атмосферного воздуха населенных мест. Контроль над температурой воздуха во всех основных помещениях пребывания детей осуществляют с помощью бытового термометра, прикрепленного на внутренней стене, на высоте (0,8-1,0 метра).

График проветривания	
7.00 - 7.30	до приема детей
10.00- 10.30	во время прогулки
14.00 - 14.30	во время сна
18.30- 19.00	после ухода детей на прогулку

**Деятельность сотрудников дошкольного отделения в осуществлении физкультурно-оздоровительной работы**

<b>Наименование должности</b>	<b>Содержание деятельности</b>
<p>Администрация МБОУ НШ «Перспектива»</p>	<p>Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, для обеспечения их питанием.                      Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей.                      Составляет расписание НОД с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах.                      Обеспечивает медико – педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий.                      Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.                      Наблюдает за динамикой физического развития детей.                      Осуществляет контроль за режимом дня.                      Проводит диагностику совместно с воспитателями по физической культуре.                      Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей. Составляет расписание НОД с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах.                      Обеспечивает медико – педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий.                      Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.                      Наблюдает за динамикой физического развития детей.                      Осуществляет контроль за режимом дня.                      Проводит диагностику совместно с воспитателями по физической культуре.                      Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей.</p>
<p>Медсестра</p>	<p>Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.                      Осуществляет контроль за режимом дня.                      Оказывает доврачебную помощь.                      Наблюдает за динамикой физического развития детей.                      Проверяет организацию питания в группах.                      Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений учреждения.                      Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей.                      Следит за качеством приготовления пищи.</p>
<p>Педагог-психолог</p>	<p>Наблюдает за динамикой нервно-психического развития детей.                      Проводит диагностику психического здоровья детей и их эмоционального благополучия.                      Составляет коррекционные программы по улучшению эмоционального благополучия и нервно-психического развития детей.                      Проводит соответствующую коррекционную работу.</p>

Учитель логопед	<p>Наблюдает за состоянием развития речи воспитанников.</p> <p>Проводит диагностику речевого развития воспитанников.</p> <p>Составляет коррекционные программы.</p> <p>Проводит соответствующую коррекционную работу.</p>
Музыкальный руководитель	<p>Способствует развитию эмоциональной сферы ребенка.</p> <p>Проводит музыкальные игры и хороводы с детьми.</p> <p>Занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время.</p> <p>Участвует в проведении досугов, праздников.</p>
Воспитатели	<p>Проводят утреннюю, пальчиковую гимнастику, гимнастику после сна, физкультурные занятия, досуги, физкультминутки, подвижные игры, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия.</p> <p>Соблюдают режим дня.</p> <p>Следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медицинскую сестру, заведующего, педагога-психолога.</p> <p>Следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей.</p> <p>Проводят диагностику двигательных навыков совместно со старшим воспитателем.</p> <p>На педагогических советах отчитываются о состоянии физического развития детей и проведении закаливающих мероприятий.</p> <p>Проводит консультативно-просветительскую работу среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления детей.</p>
Младшие воспитатели	<p>Организуют проветривание группы, спальни, приемной, туалета.</p> <p>Соблюдают санитарно-гигиенические требования при мытье посуды, уборке в групповых комнатах.</p> <p>Оказывает помощь воспитателю в закаливающих и оздоровительных мероприятиях</p>
Начальник хозяйственного отдела	<p>Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок.</p> <p>Регулирует тепловой и воздушный режим.</p> <p>Следит за состоянием оборудования, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций.</p> <p>Контролирует соблюдение правил противопожарной безопасности.</p>
Повар	<p>Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом МБОУ НШ «Перспектива».</p> <p>Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов.</p> <p>Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.</p>
Дворник	<p>Содержит в чистоте территорию дошкольного отделения.</p> <p>Следит за состоянием ограждения территории.</p>
Сторож	<p>Следит за дежурным освещением.</p> <p>Отвечает за противопожарную безопасность охраняемого здания.</p>
Ведущий специалист по охране труда	<p>Проводит обучение и инструктаж по технике безопасности.</p>

