



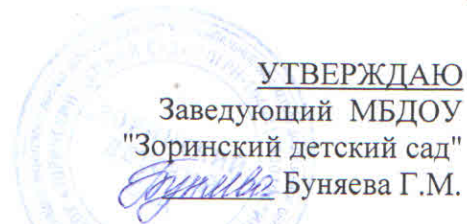
УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
"Зоринский детский сад"
Буняева Г.М.

Режим дня в разновозрастной группе **общеразвивающей направленности**

Тёплый период года

Приём детей(на улице), самостоятельная, художественная и игровая деятельность детей	7.30-8.30
Утренняя гимнастика (на улице),	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.10
Подготовка к образовательной деятельности	9.10-9.15
Непосредственно образовательная деятельность	9.15-9.45
Игровая деятельность	9.45- 10.15
Второй завтрак	10.15- 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка	10.25-11.55
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	11.55-12.10
Обед	12.10-12.40
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.40-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Подъем, гимнастика после сна	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Прогулка, игровая деятельность , уход детей домой	15.30-16.30



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
"Зоринский детский сад"
Буняева Г.М.

**Режим дня в разновозрастной группе общеразвивающей
направленности (Холодный период года)**

Приём детей, самостоятельная, художественная и игровая деятельность детей	7.30-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.25
Двигательная активность	9.25-9.35
Непосредственно образовательная деятельность	9.35-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке ,прогулка	10.10-12.00
Возвращение с прогулки	12.00-12.10
Подготовка к обеду, гигиенические процедуры	12.10-12.20
Обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Подъем, гимнастика после сна	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40
Игровая деятельность детей,(игры, досуги) уход детей домой	15.40-16.30

Пояснительная записка
к режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса
в МБДОУ "Зоринский детский сад"

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 - 6 часов

Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа, прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон.

Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится 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.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах 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, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

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

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: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения,

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

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 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 следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Они проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.