

Определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий С П МБДОУ д/с № 10

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию

Режим дня групп СПМБДОУ д/с № 10 (холодный период года)

Мероприятия	1 младшая	2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Прием, осмотр, игры	7.00-7.50	7.00-7.50	7.00-7.40	7.00-7.56	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	7.50-7.55 группа	7.50-7.56 группа	7.40-7.47	7.56-8.06	8.15-8.25
Инд. работа, самост. деятельность, подг. к завтраку	8.0-8.20	7.56 – 8.25	7.47-8.30	8.07-8.35	8.25-8.40
Завтрак	8.20-8.40	8.25-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50	8.40-8.50
Игры, подготовка к НОД	8.40-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
НОД	9.00-9.30	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.35	9.00-10.50
2 завтрак, игры Подготовка к прогулке	9.30-9.50	9.40-9.50	9.50-10.10	10.35-10.45	10.50-11.0
Прогулка	9.50-11.20	9.50-11.30	10.10-11.50	10.45-12.10	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.30	11.30-11.40	11.50-12.0	12.10-12.20	12.15-12.25
Подготовка к обеду	11.30-11.40	11.40-12.00	12. 0-12.10	12.22-12.30	12.25-12.35
Обед	11.40-12.00	12.00-12.30	12.10-12.40	12.30-12.50	12.35-12.50
Подготовка ко сну	12.0-12.10	12.30-12.40	12.40-12.50	12.50-13.00	12.50-13.00
сон	12.10-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем, воздушные процедуры	15.00-15.15	15.0 - 15.20	15.00-15.25	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник	15.15-15.35	15.20-15.35	15.25-15.40	15.30-15.50	15.30-15.50
Игры, совм. деятельность Самост. деят./НОД	15.35-16.00	15.35-16.10	15.40-16.10	15.50 – 16.25	15.50– 16.35
Игры, подготовка к прогулке	16.0-16.20	16.10-16.25	16.10-16.30	16.25-16.40	16.35-16.50
Прогулка. Уход домой	16.20-19.00	16.25-19.00	16.30-19.00	16.40-19.00	16.50-19.00

Режим дня групп СПМБДОУ д/с № 10 (теплый период года)

Мероприятия	1 младшая	2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовител.
Прием, осмотр, игры	7.00-7.50	7.00-7.50	7.00-7.40	7.00-7.56	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	7.50-7.55	7.50-7.56	7.40-7.47	7.56-8.06	8.15-8.25
Инд. работа, самост. деятельность, подг. к завтраку	8.0-8.20	7.56 – 8.25	7.47-8.30	8.07-8.35	8.25-8.40
Завтрак	8.20-8.40	8.25-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50	8.40-8.50
Игры, подготовка к НОД	8.40-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
НОД (на прогулке, при наличии хорошей погоды)	9.00-9.30 (2 подгр. с пер. 10 мин)	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.35	9.00-10.50
2 завтрак, игры Подготовка к прогулке	9.30-9.50	9.40-9.50	9.50-10.0	10.35-10.55	10.50-11.0
Прогулка	9.50-11.20	9.50-11.30	10.00-11.50	10.55-12.10	11.00-12.15
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.30	11.30-11.40	11.50-12.0	12.10-12.20	12.15-12.25
Подготовка к обеду	11.30-11.40	11.40-12.00	12. 0-12.10	12.22-12.30	12.25-12.35
Обед	11.40-12.00	12.00-12.30	12.10-12.40	12.30-12.50	12.35-12.50
Подготовка ко сну	12.0-12.10	12.30-12.40	12.40-12.50	12.50-13.00	12.50-13.00
сон	12.10-15.30	12.40-15.30	12.50-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Подъем, воздушные процедуры	15.30-15.45	15.30 - 15.45	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.45
Полдник	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Игры, подготовка к прогулке	16.0-16.20	16.00-16.25	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.40
Прогулка. Уход домой	16.20-19.00	16.25-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00	16.40-19.00

Расписание образовательной деятельности составлено для каждой возрастной группы, в которой:

- Продолжительность непрерывной организованной образовательной деятельности

для детей от 2 до 3-х лет составляет 10 минут,

для детей от 3 до 4-х лет - 15 минут,

для детей от 4-х до 5-ти лет - 20 минут,

для детей от 5 до 6-ти лет - 25 минут,

для детей от 6-ти до 7-ми лет - 30 минут.

- Максимальный допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня

в младшей группе не превышает 30 минут;

в средней группе - 40 минут

в старшей группе - 45 минут

в подготовительной к школе группе - 60 минут, в пятницу - 1,5 часа.

- Организованная образовательная деятельность осуществляется:

с детьми от 2 до 3-х лет в первую и во вторую половину дня продолжительностью 10 минут.

с детьми старшего дошкольного возраста в первую и во вторую половину дня продолжительностью 30 минут.

- В середине времени организованной образовательной деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки.

- Перерывы между периодами непрерывной организованной образовательной деятельности составляют 10 минут.

- Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения, организовывается в первой половине дня.

- Для профилактики утомления детей проводятся занятия физической культурой и музыки.