

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

Истинский детский сад «Колобок»

Войтешонок О.В.

30.08.2016 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК

учебной нагрузки детей на 2016 – 2017 уч. год

| Месяцы | Содержание | Сроки проведения |
|----------|--|------------------------------------|
| Сентябрь | 1-ая младшая, 2-я младшая – адаптация; средняя, старшая, подготовительная – адаптация; | 1 - 30 сентября 1 - 15 сентября |
| | средняя, старшая, подготовительная – 2 учебные недели | 15 – 30 сентября |
| Октябрь | 4 учебные недели | 3 – 28 октября |
| Ноябрь | Дни психоэмоциональной разгрузки; 3 учебные недели | 31 – 6 ноября |
| | | 8 – 31 ноября |
| Декабрь | 3 учебные недели; Дни психоэмоциональной разгрузки | 1 – 23 декабря |
| | | 26 – 30 декабря |
| Январь | Дни психоэмоциональной разгрузки; 3 учебные недели | 1 – 8 января |
| | | 9 – 31 января |
| Февраль | 4 учебные недели | 1 – 29 февраля |
| Март | 3 учебные недели; Дни психоэмоциональной разгрузки | 1 – 24 марта |
| | | 27 – 31 марта |
| Апрель | 4 учебные недели | |
| Май | Дни психоэмоциональной разгрузки 2 учебные недели Итоговая диагностика | 1 – 9 мая |
| | | 10 – 24 мая |
| | | 25 – 31 мая |
| Июнь | Дни психоэмоциональной разгрузки. Летняя оздоровительная кампания. | 1 июня – |
| Июль | | 31 августа |
| Август | | |
| Итого: | Младший дошкольный возраст – 26 учебных недель. | |
| | Старший дошкольный возраст – 28 недель | |

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Правильный распорядок дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения распорядка является его соответствие возрастным психофизическим особенностям детей. режим дня приближен к индивидуальным особенностям ребёнка.

В таблице приведены режимы дня для различных возрастных групп. Режим дня составлен с расчётом на 12 часовое пребывание ребёнка в детском саду. В режиме дня указана общая длительность занятий, включая перерывы между их различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объём образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

В тёплое время года часть занятий можно проводить на участке во время прогулок. В середине занятий статического характера рекомендуется проводить физкультминутки. Занятия по дополнительному образованию (кружки и т.д.) для детей дошкольного возраста недопустимо проводить за счёт времени. Отведённого на прогулку и дневной сон.

Важно, чтобы каждый ребёнок чувствовал себя в детском саду комфортно, безопасно; знал, что его здесь любят, что о нём позаботятся. Повышенное внимание надо уделять детям, которые неохотно расстаются с родителями и не хотят оставаться в группе, особенно в период адаптации к детскому саду.

Режим дня детей второй группы раннего возраста (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|-----------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика самостоятельная деятельность | 7.00 – 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 – 8.35 |
| Самостоятельная деятельность | 8.35 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность (по подгруппам) | 9.00 – 9.10 – 9.20 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.20 – 9.35 |
| Подготовка к прогулке | 9.35 – 10.00 |
| Прогулка | 10.00 – 11.20 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 11.20 – 12.00 |
| Обед | 12.00 -12.30 |
| Спокойные игры, подготовка ко сну | 12.30 – 12.45 |
| Дневной сон | 12.45 – 15.00 |
| Постепенный подъём, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.30 |
| Организованная образовательная деятельность (по подгруппам) | 15.30 – 15.40 – 15.50 |

| | |
|---|---------------|
| Самостоятельная деятельность детей | 15.50 -16.20 |
| Чтение художественной литературы | 16.20 – 16.30 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.30 – 17.00 |
| Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к прогулке, прогулка | 17.00 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 17.20 - 19.00 |

Режим дня детей второй группы раннего возраста (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика | 7.00 – 8.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00- 8.20 |
| Игры | 8.20 – 9.20 |
| Второй завтрак | 9.20 – 9.35 |
| Подготовка к прогулке | 9.35 – 10.00 |
| Прогулка (игры, наблюдения, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны) | 10.00 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 11.40 -12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.35 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры | 15.20 – 16.15 |
| Возвращение с прогулки, игры | 16.15 – 16.30 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.30 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.00 – 19.00 |

Режим дня младшей группы (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.00 – 8.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15 – 8.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.45 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.15 |
| | 9.25 -9.40 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.40 – 9.55 |

| | |
|---|---------------|
| Самостоятельная деятельность детей | 15.50 -16.20 |
| Чтение художественной литературы | 16.20 – 16.30 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.30 – 17.00 |
| Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к прогулке, прогулка | 17.00 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 17.20 - 19.00 |

Режим дня детей второй группы раннего возраста (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика | 7.00 – 8.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00- 8.20 |
| Игры | 8.20 – 9.20 |
| Второй завтрак | 9.20 – 9.35 |
| Подготовка к прогулке | 9.35 – 10.00 |
| Прогулка (игры, наблюдения, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны) | 10.00 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 11.40 -12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.35 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры | 15.20 – 16.15 |
| Возвращение с прогулки, игры | 16.15 – 16.30 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.30 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.00 – 19.00 |

Режим дня младшей группы (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.00 – 8.15 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15 – 8.45 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.45 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.15 |
| | 9.25 -9.40 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.40 – 9.55 |

| | |
|--|---------------|
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 9.55 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.40 -12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.25 -16.20 |
| Чтение художественной литературы | 16.20 – 16.35 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.35 – 17.05 |
| Самостоятельная игровая деятельность | 17.05 -17.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка ,уход детей домой | 17.30 – 19.00 |

Режим дня младшей группы (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (на улице) | 7.00 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20 –9.00 |
| Игры | 9.00 – 9.20 |
| Второй завтрак | 9.20 – 9.30 |
| Подготовка к прогулке | 9.30 – 10.05 |
| Прогулка (игры, наблюдения, труд, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны) | 10.05 – 11.50 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 11.50 – 12.05 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.05 – 12.35 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.35 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры | 15.30 – 16.20 |
| Возвращение с прогулки, игры | 16.20 - 16.35 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.35 - 17.05 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.05 – 19.00 |

Режим дня средней группы (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.00 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.20 |
| | 9.30 – 9.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 9.50 – 10.00 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.00 – 11.50 |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.50 -12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая работа | 15.25 -16.25 |
| Чтение художественной литературы | 16.25- 16.40 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.40 – 17.10 |
| Самостоятельная игровая деятельность | 17.10 -17.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка ,уход детей домой | 17.30 – 19.00 |

Режим дня средней группы (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|---|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (на улице) | 7.00 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 8.55 |
| Игры | 8.55 – 9.25 |
| Второй завтрак | 9.25 – 9.35 |
| Подготовка к прогулке | 9.35 – 10.00 |
| Прогулка (игры, труд, наблюдения, специально организованная | 10.00– 12.00 |

| | |
|--|---------------|
| деятельность, воздушные ванны) | |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 12.00 - 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.50 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры | 15.15 – 16.30 |
| Возвращение с прогулки, игры | 16.30 -16.50 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.50 – 17.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.15 – 19.00 |

Режим дня старшей группы (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.00 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25– 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.25 |
| | 9.35 – 10.00 |
| | 10.10 – 10.35 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 10.00– 10.10 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.35 – 12.10 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.10- 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20– 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.50 – 15.00 |
| Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая работа | 15.25 – 16.30 |
| Чтение художественной литературы | 16.30- 16.50 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.50– 17.15 |
| Самостоятельная игровая деятельность | 17.15 -17.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.25 – 19.00 |

Режим дня детей старшей группы (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (на улице) | 7.00 – 8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.35 – 8.55 |
| Игры | 8.55 – 9.30 |
| Второй завтрак | 9.30 – 9.35 |
| Подготовка к прогулке | 9.35 – 9.45 |
| Прогулка (игры, труд, наблюдения, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны) | 9.45 – 12.10 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.10-12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 15.25 – 16.35 |
| Возвращение в с прогулки, игры | 16.35 – 16.55 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.55 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.20 – 19.00 |

Режим дня подготовительной группы (холодный период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.00 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.30 |
| | 9.40 – 10.10 |
| | 10.20 – 10.50 |
| Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак | 10.10 - 10.20 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.50 – 12.20 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.20 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, кружковая работа | 15.25 – 16.40 |
| Чтение художественной литературы | 16.40 - 17.00 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 17.00 – 17.20 |
| Самостоятельная игровая деятельность | 17.20 – 17.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.30-19.00 |

Режим дня детей подготовительной группы (тёплый период)

| Режимные моменты | Время проведения |
|--|------------------|
| Приём, осмотр детей, игры, утренняя гимнастика (на улице) | 7.00 – 8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.35 – 9.00 |
| Игры | 9.00 – 9.35 |
| Второй завтрак | 9.35 – 9.40 |
| Подготовка к прогулке | 9.40 – 9.50 |
| Прогулка (игры, труд, наблюдения, специально организованная деятельность, воздушные и солнечные ванны) | 9.55 – 12.20 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.20-12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.40 – 13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.10 – 15.00 |
| Подъём, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 15.25 – 16.40 |
| Возвращение в с прогулки, игры | 16.40 – 17.00 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 17.00 – 17.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход детей домой | 17.20 – 19.00 |