

Калужская область
Администрация МР "Медынский район"
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад "Звездочка", г. Медынь. Калужской области

249950, Калужская область, Медынский район, город Медынь, улица Калинина, 36а
тел. 78(48433)21-3-47

**Режим дня,
сетка занятий,
физкультурно - оздоровительная работа
в МКДОУ "Детский сад "Звездочка", г. Медынь
Калужской области**

на 2018- 2019 учебный год



Заведующий МКДОУ

Мензулова И.М.

Приказ №65 «31»августа 2018г

Режим дня

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД				
	I МЛАДШАЯ ТРУППА (С 2-3 ЛЕТ)	II МЛАДШАЯ ГРУППА (С 3-4 Л.)	СРЕДНЯЯ ГРУППА (С 4-5 Л.)	СТАРШАЯ ГРУППА (С 5-6 Л.)	ПОДГОТОВИТЕ ЛЬНАЯ ГРУППА (С 6-7 Л.)
Утренний приём детей, свободная игра, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00-8.05	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05-8.35	8.10-8.40	8.15 - 8.40	8.20 - 8.45	8.25 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.35-9.00	8.40-9.00	8.40- 9.00	8.45-9.00	8.50 - 9.00
Образовательная деятельность с перерывом не менее 10 мин.	9.00-9.50	9.00- 9.50	9.00- 10.00	9.00 - 10.40	9.00- 10.50
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак	9.45-10.00	9.50-10.00	9.50-10.20	9.55-10.05	10.00- 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00- 11.10 11.10- 11.45	10.00-11.20 11.20- 12.00	10.20- 11.40 11.30- 12.10	10.40-11.50 11.50 - 12.15	10.50-12.00 12.00 - 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры					
Подготовка к обеду, обед	11.45 - 12.15	12.00- 12.30	12.10- 12.40	12.15-12.45	12.20-12.50
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	12.30- 15.00	12.40 -15.00	12.45 -15.10	12.50-15.00

Постепенный подъём, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры.	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.10-15.20	15.00-15.20
Игры, физическое воспитание, кружковая деятельность. Развлечение (по пятницам)	15.20-15.55	15.20-15.55	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.00

Подготовка к ужину, ужин	15.55 - 16.15	15.55 -16.15	16.00 - 16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа.	16.15-17.10	16.15 - 17.10	16.20 – 17.10	16.20 – 17.00	16.20 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой.	17.10 - 19.00	17.10 – 19.00	17.10 - 19.00	17.00 - 19.00	17.00 - 19.00

	ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД				
РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	I МЛАДШАЯ ГРУППА (С 2-3 ЛЕТ)	II МЛАДШАЯ ГРУППА (С 3-4 Л.)	СРЕДНЯЯ ГРУППА (С 4-5 Л.)	СТАРШАЯ ГРУППА (С 5-6 Л.)	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (С 6-7 Л.)
Утренний приём детей на воздухе, свободная игра, ,утренняя гимнастика на воздухе.	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
подготовка к завтраку, завтрак	8.10 - 8.40	8.15-8.40	8.20 - 8.45	8.20-8.45	8.30-8.50
Игры (самостоятельная деятельность детей)	8.40 – 9.00	8.40-9.00	8.45- 9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
ИЗО (рисование, лепка), конструирование, музыка, чтение худ. литературы.	9.00-9.10	9.00- 9.15	9.00- 9.20	9.00- 9.25	9.00- 9.30
Игры (самостоятельная деятельность детей), гигиенические процедуры	9.10 – 9.40	9.15 – 9.45	9.20 – 9.50	9.25 – 9.40	9.30 – 9.40
Подготовка ко 2-му завтраку, 2-й завтрак	9.40 -9.55	9.45 – 10.00	9.50 – 10.00	9.50 – 10.00	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.55 -11.40	10.00 -11.50	10.00 - 12.00	10.00 – 12.10	10.00 -12.20

возвращение с прогулки, игры (самостоятельная деятельность детей), гигиенические процедуры	11.40- 11.55	11.50-12.00	12.00-12.15	12.10 – 12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.55 - 12.25	12.00 - 12.30	12.15 - 12.45	12.20 – 12.50	12.30 – 13.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, дневной сон	12.25-15.10	12.30 - 15.10	12.45 -15.10	12.50 -15.10	13.00-15.15
Постепенный подъём, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры.	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.35	15.10-15.30	15.15-15.30
Игры, досуг, индивидуальная работа, физическое воспитание. Самостоятельная деятельность детей, игры/Развлечение (по пятницам)	15.30-16.00	15.30-16.05	15.35-16.10	15.30-16.15	15.30-16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.15	16.05-16.20	16.10-16.25	16.10-16.25	16.10-16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой.	16.20-19.00	16.20 – 19.00	16.25 – 19.00	16.30 – 19.00	16.30 – 19.00

План образовательной деятельности в группах (с учетом требований Сан Пин 2.4.1.3049 -13)

Расписание сетки занятий на неделю (согласно основной образовательной программы МКДОУ и требованиям СанПинов)

В группе детей раннего возраста (2-3 года) — проводится всего 9 занятий, продолжительностью 8-10 минут. Допускается 1 занятие в первой половине дня, 1 занятие — во второй половине дня..

В младшей группе (3-4 года) проводится всего 11 занятий. (включая 1 занятие по допобразованию)

В средней группе проводится всего 12 занятий в неделю, включая 2 занятия по допобразованию

В старшей группе проводится всего 15 занятий в неделю, включая 3 занятия по допобразованию.

В подготовительной группе проводится всего 17 занятий в неделю, включая 4 занятия по допобразованию.

Занятия физкультурно-оздоровительного цикла составляют 50 % общего времени занятий.

<i>Направления развития</i>	<i>Образовательная деятельность</i>	<i>Образовательные области</i>	<i>I младшая группа №1</i>	<i>II младшая группа</i>	<i>средняя группа</i>	<i>старшая группа</i>	<i>подготовительная группа</i>
Инвариантная часть							
Познавательное речевое направление	Познавательное развитие	Познание. Социализация. Здоровье. безопасность	1	1	1	1	1
	Математика	Познание Коммуникация	-	1	1	2	2
	Развитие речи	Коммуникация Познание Чтение х/лит-ры	1	1	1	2	2
	Подготовка к обучению грамоте	коммуникация	-	-	-	-	1
Физическое развитие	Физкультура	Физкультура Здоровье	3	3	3	3	3
Художествен	Музыка	Музыка	2	2	2	2	2

но-эстетическое							
	Изодеятельность (рисование, лепка/ аппликация ч/н)	Художественное творчество	2	2	2	2	2
	Всего занятий по инвариативной части		9	10	10	12	13
Вариативная часть							
Дополнительные занятия	Познавательный час «Формирование основ безопасного поведения»	Безопасность Познание Здоровье Социализация	-	-	1	1	1
	Конструирование/ручной труд	Художественное творчество	-	-	-	1	1
Кружки	Дополнительные обр. услуги		-	1	1	1	2
	Всего занятий по вариативной части		-	1	2	3	4
	Всего занятий		9	11	12	15	17
	Длительность образовательной деятельности		Не более 10 мин	Не более 15 мин	Не более 20 мин	Не более 25 мин	Не более 30 мин
	Объем образовательной деятельности, включая дополнительные образовательные программы.		1 час 30 мин (90 мин)	2 ч 45 мин !165 мин)	4 часа (240 мин)	6 ч 15 мин (375 мин)	8 ч 30 мин (510 мин)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ «Детский сад «Звездочка»

Мензулова И.М.

От 14.09.2018 2018г.



Сетка образовательной деятельности

МКДОУ «Детский сад «Звездочка», г. Медынь на 2018-2019 уч.год

День недели / гр.	Первая младшая группа №1 «Бельчата» Воспитатели: Никишина З.Н., Латушкина С.Л.	Вторая младшая группа №2 «Пчелки» Воспитатели: Кошелева И.А., Николаева Н.М.	Средняя группа №3«Ручеек» Воспитатели: Домахина Т.П., Карасёва Г.В.	Средняя группа №6 «Смешарики». Воспитатели: Сингатуллина Е.С., Казенникова А.В.	Старшая группа №4«Лапушки». Воспитатели: Корнеева Т.А., Алтухова Ю.В.	Подготовительная группа № 5 «Ромашка». Воспитатели: Дронова О.Е., Панасюк М.
Понедельник	9.00 – 9.10 Художественно-эстетическое развитие (рисование) 9.30 – 9.40 Художественно-эстетическое развитие (музыка)	9.00 – 9.15 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 10.30- 10.45 Физическое развитие (на улице)	9.00 – 9.20 Познавательное развитие (мир природы и человека) 10.30 – 10.50 Физическое развитие на прогулке	9.00 – 9.25 Художественно-эстетическое развитие (рисование) 9.35 – 10.00 Речевое развитие 10.10 – 10.35	9.00 – 9.25 Речевое развитие 9.35- 10.10 Физическое развитие 10.10 – 10.35 Художественно-эстетическое	9.00 – 9.30 Обучение грамоте 9.40 – 10.10 Художественно-эстетическое развитие (аппликация) 11.00- 11.30 Физическое развитие

				Физическое развитие	развитие (рисование)	(на прогулке) 15.25 – 15.55 Познавательный час «Основы безопасности»
Вторник	9.00 – 9.10 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.30 – 9.40 Физическое развитие	9.00 – 9.15 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.30 – 9.45 Художественно-эстетическое развитие (рисование)	9.00 – 9.20 Художественно-эстетическое развитие (рисование) 9.35 – 9.55 Художественно-эстетическое развитие (музыка) <i>15.30-15.55</i> <i>Кружок по театрализованной деятельности «Лукоморье»</i>	9.00 – 9.25 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.35 – 10.00 Познавательный час «Основы безопасности» 10.30 – 10.55 Физическое развитие (на улице)	9.00 – 9.25 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.35 – 10.00 Познавательный час «Основы безопасности» 10.10-10.35 Физическое развитие 15.30 – 15.50 <i>Кружок «Разноцветные ладошки»</i>	9.00- 9.30 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.40- 10.10 Познавательное развитие (ФЭМП) 10.20- 10.50 Конструирование <i>15.20 - 15.50</i> <i>Кружок «Волшебное слово»</i>
Среда	9.00 – 9.10 Познавательное развитие (мир природы и мир человека) 9.30 – 9.40 Художественно-эстетическое	9.00- 9.15 Речевое развитие 9.30 – 9.45 Физическое развитие	9.00 – 9.20 Познавательное развитие(ФЭМП) 9.30 – 9.50 Физическое развитие	9.00 – 9.25 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.35 – 10.00 Познавательное развитие (мир природы и мир человека)	9.00 – 9.25 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.35 – 9.55 Художественно-эстетическое развитие (аппликация, лепка)	9.00- 9.30 Познавательное развитие (мир природы и мир человека) 9.40 – 10.10 Речевое развитие 10.20- 10.50 Физическое развитие

	развитие (музыка)			15.30 – 15.55 <i>Кружок по ОПК «Дорогою добра»</i>	15.30 – 15.50 <i>Кружок Кружок «Островок здоровья»</i>	
Четверг	9.00 – 9.10 Художественно-эстетическое развитие (лепка) 9.30 – 9.40 Физическое развитие	8.45 – 9.00 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.30 – 9.45 Художественно-эстетическое развитие (лепка/ аппликация)	9.00 – 9.20 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.30 – 9.50 Физическое развитие	9.00 – 9.25 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.35 – 10.00 Речевое развитие 10.10 – 10.35 Физическое развитие	9.00 – 9.25 Познавательное развитие (ФЭМП) 9.35 – 10.00 Речевое развитие 11.00 – 11.25 Физическое развитие на прогулке	9.00- 9.30 Познавательное развитие(ФЭМП) 9.40 – 10.10 Художественно-эстетическое развитие (рисование/лепка) <i>15.30 – 15.50 Кружок «Фантазеры»</i>
Пятница	9.00 – 9.10 Речевое развитие 9.30 – 9.40 Физическое развитие	9.00 – 9.15 Познавательное развитие (мир природы и мир человека) 9.30 -9.45 Физическое развитие	9.00 – 9.20 Речевое развитие 9.30 – 9.50 Художественно-эстетическое развитие (лепка/аппликация)	9.00 – 9.25 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.35 – 10.10 Художественно-эстетическое развитие (лепка/ аппликация)	9.00 – 9.25 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.35 – 10.00 Познавательное развитие (мир природы и мир человека)	9.00- 9.30 Речевое развитие 9.40 – 10.10 Художественно-эстетическое развитие (музыка) 10.20 – 10.50 Физическое развитие

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий МКДОУ
 "Детский сад "Звездочка" г. Медынь
 _____ И.М. Мензулова
 Приказ № 61 от "31" августа 2016 г.

Физкультурно - оздоровительная работа

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	1 младшая группа Все группы Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно	Воспитатели, Медсестра. все педагоги, медсестра
2.	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели,
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.2.	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Воспитатели, Инструктор ф/ры
2.3.	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4.	Элементы спортивных игр	старшая, подготовительная	2 р. в неделю	Воспитатели
2.5.	Кружковая работа «Островок здоровья»	Младшая группа	1 р. в неделю	Инструктор ф/ры
2.6.	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг; - поход в лес.	Все группы Все группы Подготовит.гр.	1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 р. в год	Воспитатели. медсестра
2.7.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	все группы подготовительная	1 р. в год 1 р. в год	Инструктор ФИЗО, Воспитатели, муз. Рук.
2.8.	Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится)	Все группы	1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком)	Все педагоги

3.	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1.	Витаминотерапия	Все группы	ежедневно	Медсестра
	Организация второго завтрака (соки, фрукты)	Все группы	ежедневно	медсестра
3.2.	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В период возникновения инфекции (осень - весна)	медсестра
3.3.	кварцевание	По показаниям врача	В течении года	медсестра
3.4.	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы (по 10 мин в отсутствии детей)	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели медсестра
4.	Закаливание			
4.1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2.	Ходьба босиком по массажным коврикам	Все группы	ежедневно	Воспитатели
4.3.	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатели, мл. воспитатели
4.4.	Мытьё рук, лица	Все группы	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели, мл.воспитатель

Модель двигательного режима по всем возрастным группам

	1 младшая группа	2 Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3 -5 мин	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	Во время ОД 2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально – ритмические движения.	На муз. занятиях 6-8 мин.	На муз. занятиях 6-8 мин.	На муз. занятиях 8-10 мин.	На муз. занятиях 10-12 мин.	На муз. занятиях 12-15 мин.
Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	3 раза в неделю 8-10 мин.	3 раза в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 20-25 мин.	3 раза в неделю 25-30 мин.
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты; - аттракционы.	Ежедневно 5- 7 мин	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения - дыхательная гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - зрительная гимнастика.	Ежедневно 2-3 мин./ 2 раза в неделю	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин./ 2 раза в неделю	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин./ 2 раза в неделю	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин./ 2 раза в неделю	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин./ 2 раза в неделю
Физкультурный досуг	1 раз в месяц 8-10 мин.	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 20-25 мин.	1 раз в месяц 25-30 мин.

Спортивный праздник	1 раз в год по 10-15 мин.		2 раза в год по 20 -30 мин.	2 раза в год по 30 -40 мин.	2 раза в год по 30 -40 м.
Неделя здоровья (осенняя, зимняя, весенняя, летняя)	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.				
Определение уровня физической подготовленности (мониторинг)	Все группы 1 раз в год (май)				

Модель закаливания детей дошкольного возраста

<i>фактор</i>	<i>мероприятия</i>	<i>место в режиме дня</i>	<i>периодичность</i>	<i>дозировка</i>	<i>2-3 года</i>	<i>3- 4 года</i>	<i>4-5 лет</i>	<i>5-6 лет</i>	<i>6-7 лет</i>
вода	полоскание рта	после каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды t воды +20		+	+	+	+
	полоскание горла с эвкалиптом	после обеда	ежедневно	50-70 мл р-ра нач.t воды +36 до +20		+	+	+	+
	обливание ног	после дневной прогулки	июнь-август ежедневно	нач.t воды +18+20 20-30 сек.		+	+	+	+
	умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+	+
воздух	облегченная одежда	в течении дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3 часов, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+	+
	утренняя гимнастика на воздухе	-	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	физкультурные	-	в течение года	10-30 мин., в	+	+	+	+	+

	занятия на воздухе			зависимости от возраста					
	воздушные ванны	после сна	ежедневно,	5-10 мин.,в	+	+	+	+	+
			в течение года	зависимости от возраста					
		на прогулке	июнь-август	-					
	выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+	+
	дневной сон с открытой фрамугой	-	в теплый период	t возд.+15+16			+	+	+
	бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года				+	+	+
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурном занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений			+	+	+
	дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин. до 30 мин.		+	+	+	+
рецепторы	босохождение в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин	+				
	пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин		+			
	контрастное босохождение (песок- трава)	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	от 10 до 15мин		+	+	+	+
	самомассаж	после сна	в течение года	2 раза в неделю			+	+	+
	массаж стоп	перед сном	в течение года	1 раз в неделю			+	+	

