***Приложение № 9* к основной образовательной программе дошкольного образования филиала МДОБУ Ирбейский детский сад № 4 «Дюймовочка» - Чухломинский детский сад**

**Режим дня в теплое время года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа |
| Прием детей на свежем воздухе , свободные игры, самостоятельная деятельность | 7.30 – 8.15 | 07.30 – 8.15 | 08.30 – 9.15 |
| Утренняя гимнастика (на свежем воздухе) | 8.15 – 8.25 | 8.15 – 8.25 | 08.15 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 9.00 | 8.25 – 9.00 | 8.25 – 9.55 |
| Утренний круг | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.15 | 9.00 – 9.20 |
| Игры, кружки, занятия от интересов детей, занятие со специалистами/ Самостоятельная деятельность | 9.10– 9.50 | 9.15– 09.50 | 09.20– 9.50 |
| Подготовка ко 2- завтраку, 2- завтрак | 9.50-10.00 | 9.50-10.00 | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность ) | 10.00-11.30 | 10.00-11.50 | 10.00-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.30 – 12.20 | 11.50 - 12.30 | 11.50 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 13.00 | 12.30 – 13.00 | 12.30 – 13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 – 15.00 | 10.00 – 15.00 | 13.10 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к полднику | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 | 15.30 – 15.50 |
| Вечерний круг | 15.50 - 16.00 | 15.50 – 16.00 | 15.50 - 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная деятельность, уход домой | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 |

**Режим дня в холодное время года**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Режимные моменты | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа |
| Прием детей, свободные игры, самостоятельная деятельность | 7.30 – 8.15 | 07.30 – 8.15 | 08.30 – 9.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 – 8.25 | 8.15 – 8.25 | 08.15 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 9.00 | 8.25 – 9.00 | 8.25 – 9.55 |
| Утренний круг | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.15 | 9.00 – 9.20 |
| Игры, кружки, занятия от интересов детей, занятие со специалистами/ Самостоятельная деятельность | 9.10– 9.50 | 9.15– 09.50 | 09.20– 9.50 |
| Подготовка ко 2- завтраку, 2- завтрак | 9.50-10.00 | 9.50-10.00 | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность ) | 10.00-11.20 | 10.00-11.50 | 10.00-11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.20 – 12.20 | 11.50 - 12.30 | 11.50 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 13.00 | 12.30 – 13.00 | 12.30 – 13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 – 15.00 | 13.00 – 15.00 | 13.10 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.20 | 15.00 – 15.20 | 15.00 – 15.20 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.20 – 15.40 | 15.20 – 15.40 | 15.20 – 15.40 |
| Вечерний круг | 15.40 - 15.50 | 15.40 – 15.50 | 15.40 - 15.50 |
| Игры, Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность. | 15.50-16.00 | 15.50-16.00 | 15.50-16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. (Игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность ) уход детей домой | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 | 16.00-16.30 |

**Организация образовательной деятельности в режимных моментах**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Режимные компоненты** | **Виды деятельности** | **Формы работы** | **Форма организации** |
| **Утренний приём** | Общение  Самообслуживание и элементарный бытовой труд  Игровая | Поручение  Беседа  Дидактические игры | Подгрупповая  Индивидуальная |
| **Организация питания** | Самообслуживание и элементарный бытовой труд | Дежурство  Самообслуживание | Групповая  Индивидуальная |
| **Организация прогулки** | Двигательная  Игровая  Самообслуживание и элементарный бытовой труд  Коммуникация (общение) | Наблюдение  Игры с элементами спорта  Труд в природе  Свободное общение по теме  Игровые упражнения | Групповая  Индивидуальная  Подгрупповая |
| **Организация сна** | Самообслуживание и элементарный бытовой труд | Самообслуживание | Групповая  Подгрупповая |
| **2-я половина дня** | Конструирование  Двигательная  Игровая  Коммуникация  Восприятие художественной литературы и фольклора | Театрализованные игры  Игровые ситуации  Использование в конструктивной деятельности разного материала  Подвижные дидактические игры | Групповая  Индивидуальная  Подгрупповая |

**Структура учебного года**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Диагностический период | 01.09.-24.09. | 3 недели |
| Учебный период | 25.09. - 29.12. | 14 недель |
| Каникулы | 01.01.-14.01. | 2 недели |
| Диагностический период | 15.01.-28.01. | 2 недели |
| Учебный период | 29.01. - 20.05. | 16 недель |
| Диагностический период | 21.05. -31.05. | 2 недели |
| Летний оздоровительный период | 01.06. - 31.08. | 3 месяца |

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Области** | **Виды образовательной деятельности** | **Младшая группа** | | | **Средняя группа** | | | | **Старшая группа** | | | |
| **1,5-3 лет** | | | **3-5 лет** | | | | **5-7 лет** | | | |
| **нед.** | **год** | | **нед.** | | **год** | | **нед.** | | **год** | |
| **Обязательная часть** | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| Социально-коммуникативное развитие | Реализуется за рамками организованной деятельности в процессе интеграции с остальными образовательными областями и в ходе режимных моментов | | | | | | | | | | | |
| Познавательное  развитие | Формирование элементарных математических представлений | 1 | 23 | | 1 | | 23 | | 2 | | 46 | |
| Окружающий мир | 1 | 23 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 | |
| **Общее количество** | | **2** | **46** | | **2** | | **46** | | **3** | | **69** | |
| Речевое развитие | Развитие речи | 1 | 23 | | 1 | | 23 | | 2 | | 46 | |
| **Общее количество** | | **1** | **23** | | **1** | | **23** | | **2** | | **46** | |
| Художественно-  эстетическое развитие | Музыка | 2 | 46 | | 2 | | 46 | | 2 | | 46 | |
| Рисование | 1 | 23 | | 1 | | 23 | | 2 | | 46 | |
| Лепка | 0,5 | 11,5 | | 0,5 | | 11,5 | | 0,5 | | 11,5 | |
| Аппликация | 0,5 | 11,5 | | 0,5 | | 11,5 | | 0,5 | | 11,5 | |
| **Общее количество** | | **4** | **92** | | **4** | | **92** | | **5** | | **115** | |
| Физическое  развитие | Физическая культура | 3 | 69 | | 3 | | 69 | | 3 | | 69 | |
| **Общее количество** | | **3** | **69** | | **3** | | **69** | | **3** | | **69** | |
| **Часть формируемая участниками образовательного процесса**  **реализуется за рамками организованной образовательной деятельности** | | | | | | | | | | | | |
| Познавательное развитие | «Что было до…» | 0,5 | | 14 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 |
| «Рукотворный мир» | 0,5 | | 14 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 |
| «Неизведанное рядом» | 0,5 | | 14 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 |
| «Творим, изменяем, преобразуем…» | 0,5 | | 14 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 |
| «Из чего сделаны предметы» | 0,5 | | 14 | | 1 | | 23 | | 1 | | 23 |
| «Ознакомление дошкольников с секретами кухни» | В рамках технологии «Клубный час» | | | | | | | | | | |
| **Общее количество** | | **2,5** | **70** | | **5** | | **115** | | **5** | | **115** | |
| ВСЕГО: | | 12,5 | 300 | | 15 | | 345 | | 18 | | 414 | |

***Примечания:*** одно изтрех физкультурных занятий для детей 5-7 лет круглогодично проводится на открытом воздухе при отсутствии медицинских противопоказаний у детей. В теплое время года при благоприятных погодных условиях максимальное число занятий физкультурой проводится на открытом воздухе.

**Система физкультурно-оздоровительных мероприятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Группа** | **Периодичность выполнения** | **Ответственные** | **Время** |
| ***Организация двигательного режима*** | | | | |
| Кварцевание | Все группы | Ежедневно 15 мин.  с 07.50 – 08.05 | Воспитатели | Сентябрь-апрель |
| Прием детей на свежем воздухе | Все группы | Ежедневно  До - 15º  С 07.30 – 08.15 | Воспитатели | В течении года |
| Утренняя гимнастика | Все группы | Ежедневно | Воспитатели | В теплый период на свежем воздухе, в холодный в помещении |
| Физкультурные занятия | Все группы | 3 раза в неделю | Воспитатели,  инструктор по ФИЗО | В течении года |
| Гимнастика после дневного сна | Все группы | Ежедневно | Воспитатели,  мед. работник | В течении года |
| Прогулки с включением подвижных игровых упражнений | Все группы | Ежедневно | Воспитатели | В течении года |
| Музыкально-ритмические занятия | Все группы | 2 раза в неделю | Муз. руководитель,  воспитатели | В течении года |
| Спортивный досуг | Все группы | 1 раз в квартал | Воспитатели,  инструктор по ФИЗО | В течении года |
| Гимнастика для глаз | Все группы | Во время занятий на физкультминутках | Воспитатели,  мед. работник | В течении года |
| Пальчиковая гимнастика | Все группы | 3 - 4 раза в день | Воспитатели | В течении года |
| Оздоровительный бег | Средняя, старшая, подготовительная группы | Ежедневно во время прогулок | Воспитатель | В течении года |
| ***Охрана психического здоровья*** | | | | |
| Использование приемов релаксации | Все группы | Ежедневно несколько раз в день | Воспитатель | В течении года |
| ***Профилактика заболеваемости*** | | | | |
| «С» витаминизация третьих блюд | Все группы | 1 раза в день | Воспитатель,  мед. работник | Октябрь - апрель |
| Прием витаминов «Аскорбиновая кислота», «Ревит» | Все группы | 1 раза в день | Воспитатель,  мед. работник | Октябрь - май |
| Дыхательная гимнастика в игровой форме | Все группы | 3 – 4 раза в день,  во время гимнастики, прогулок | Воспитатель,  мед. работник | В течении года |
| Оксалиновая мазь | Все группы | Ежедневно 2 раза в день перед прогулкой | Воспитатель,  мед. работник | Ноябрь, декабрь, март, апрель |
| ***Оздоровление фитонцидами*** | | | | |
| Чесночно-луковые закуски | Все группы | Перед обедом | Воспитатель,  мед. работник | Октябрь – апрель |
| Ароматизация помещения (чесночные букетики) | Все группы | В течение дня | Младшие воспитатели | Октябрь – апрель |
| ***Закаливание с учетом состояния здоровья детей*** | | | | |
| Воздушные ванны (облегчение одежды, соответствующая одежда сезону) | Все группы | Ежедневно | Воспитатель | В течении года |
| Прогулка на воздухе | Все группы | Ежедневно | Воспитатель | В течении года |
| Хождение босиком «По дорожке здоровья» | Все группы | Ежедневно, после дневного сна | Воспитатель | В течении года |
| Обширные умывания | Все группы | Ежедневно, после сна | Воспитатель | В течении года |

**Режим двигательной активности**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы работы** | **Виды занятий** | **Количество и длительность занятий (в мин.)**  **в зависимости от возраста детей** | | |
| **1,5 - 3 года** | **3-5 лет** | **5-7 лет** |
| Физкультурные занятия | В помещении | 2 раза в неделю 15-20 | 2 раза в неделю 20-25 | 2 раза в неделю 30-35 |
| На улице | 1 раз в неделю 15-20 | 1 раз в неделю 20-25 | 1 раз в неделю 30-35 |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | Утренняя гимнастика | Ежедневно 5-6 | Ежедневно 6-8 | Ежедневно 10-12 |
| Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 |
| Физкультминутки (в середине статического занятия) | 3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий |
| Активный отдых | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц 20 | 1 раз в месяц 40 |
| Физкультурный праздник | - | 2 раза в год до 45 мин. | 2 раза в год до 60 мин. |
| День здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | ежедневно | ежедневно | ежедневно |
| Самостоятельные подвижные и спортивные игры | ежедневно | ежедневно | ежедневно |