Утверждаю

Директор МБОУ «Дуниловская ООШ»

О.А. Петрова

**1.Режим дня старшей разновозрастной группы**

**1.1.Теплый периоды года**

|  |  |
| --- | --- |
| Прием детей, осмотр, игры, беседы (на участке) | 8.00- 8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.20- 8.30 |
| Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку. Завтрак | 8.30 – 8.50 |
| Подготовка к совместной деятельности на прогулке | 8.50-9.00 |
| Совместная деятельность на участке. | 9.00 – 12.00 |
| Подготовка к обеду. Обед | 12.00 – 12.30 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон. | 12.30 - 15.00 |
| Подъем, воздушные и водные процедуры, гимнастика | 15.00 - 15.20 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.20 - 15.40 |
| Совместная деятельность на участке, игры, уход детей домой | 15.40 -17.00 |

**1.2.Холодный период года.**

|  |  |
| --- | --- |
| Утренний прием (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) | 8.00-8.25 |
| Утренняя гимнастика | 8.25-8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.35-8.50 |
| Подготовка к НОД, игра | 8.50-9.00 |
| НОД | 9.00-10.05 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. | 10.05.-11.55 |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду | 11.55-12.10 |
| Подготовка к обеду. Обед | 12.10-12.40 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон | 12.40-15.00 |
| Закаливающие процедуры | 15.00-15.25 |
|  |
| Подготовка к НОД, игра | 15.25-15.55 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.55-16.15 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение. Индивидуальные занятия. | 16.15-17.00 |
| Уход домой | 17.00 |
|  |

**2.Сетка-расписание непосредственно-образовательной деятельности**

**старшей разновозрастной группе.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| День недели | Вид НОД | Дети 4-5 лет | Дети 5-6 лет |
| понедельник | Художественно-эстетическое (лепка аппликация) | 9.00-9.20 | 9.00-9.25 |
| Физическая культура | 9.40-10.00 | 9.40-10.05 |
| Речевое развитие | - | 15.25-15.50 |
| вторник | Мир природы, мир человека. | 9.00-9.20 | 9.00-9.25 |
| Художественно- эстетическое (музыка) | 9.40-10.00 | 9.40-10.05 |
| Обучение грамоте (6-7 лет) |  | 15.25-15.55 |
| среда | Формирование элементарных математических представлений | 9.00-9.20 | 9.00-9.25 |
| Физическая культура | 9.00-9.25 | 9.40-10.05 |
| Художественно-эстетическое (рисование) |  | 15.25-15.50 |
| четверг | Речевое развитие | 9.00-9.20 | 9.40-10.05 |
| Художественно- эстетическое (музыка) | 9.40-10.00 | 9.40-10.05 |
| Кружок «Бумажные фантазии» |  | 15.25-15.50 |
| пятница | Художественно-эстетическое (рисование) | 9.00-9.20 | 9.00-9.25 |
| Физическая культура (на воздухе) | 9.40-10.00 | 9.40-10.05 |
| Ознакомление с буквами |  | 15.25-15.50 |
| Чтение художественной литературы (ежедневно) | | | |
| Основы безопасности жизнедеятельности в режимном процессе. | | | |

**3.Модель двигательного режима для детей 4-7 лет в организованных формах**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Виды занятий** | **Особенности организации** | **Длитель-ность** | **Всего внеделю** |
| **1. Организованная деятельность** | | | | |
| 1.1 | Утренняя разминка | Ежедневно в группе или на воздухе | 10-12 мин | 50-60 мин |
| 1.2 | Двигательная разминка | Ежедневно перед проведением занятия (с преобладанием статических поз) | 3 – 4 мин | 20 мин |
| 1.3 | Физкультурная минутка | Ежедневно по мере необходимости от вида и содержания занятий | 3 мин | 15 мин |
| 1.4 | Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранных с учетом ДА детей | 10-15 мин | 1 ч 40 мин.-1ч 55мин. |
| 1.5 | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно во время утренней и вечерней прогулки | 10 мин | 50 мин |
| 1.6 | Физическая культура | Три раза в неделю проводятся в первую половину дня(одно на воздухе) | 20-25 мин | 60-1ч.15мин. мин |
| 1.7 | Гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими мероприятиями | Ежедневно после подъема детей | 7 мин | 35 мин |
| 1.8 | Ритмические движения на музыкальных занятиях | Два раза в неделю в первую и вторую половину дня | 10-12 мин | 20-25 мин |
| **Объем двигательной активности в организованных формах физкультурно-оздоровительной работы за неделю** | | | | **5 ч 35 мин.-5ч.45мин.** |
| **Самостоятельная деятельность** | | | | |
| 2.1 | Самостоятельная двигательная активность | Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе | Не менее 20 мин |  |
| **Физкультурные досуги, развлечения, походы** | | | | |
| 3.1 | Физкультурный досуг | Один раз в месяц | 20 – 30 мин |  |
| 3.2 | Прогулки – экскурсии по территории детского сада и близлежащие достопримечательности | Два раза в месяц | 30 -40 мин |  |
| 3.3 | Дни здоровья | Два раза в год (ноябрь, апрель) |  |  |
| 3.4 | Физкультурно - спортивные праздники на открытом воздухе и в зале | Два раза в год | 30 -40 мин |  |