

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 10 «Ветерок» города Калуги**

**Режим ежедневной организации жизни и деятельности воспитанников на
холодный период**

Режимные моменты	Время				
	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Приход детей, игра, самостоятельная деятельность; утренняя гимнастика	7.00-8.10	7,00- 8.15	7.00 - 8.20	7.00- 8.30	7.00- 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.45	8.15-8.45	8.20-8.45	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.45 - 9.00	8,45 - 9.00	8,45 - 9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
НОД (общая длительность, включая перерывы)	9.00-9.10 (I-подгруппа) 10мин- перерыв 9.20- 9.30 (II-подгруппам)	9.00 -9.15 (I -НОД) 10мин.-перерыв 9.25-9.40 (II -НОД)	9.00 – 9.20 (I -НОД) 10мин-перерыв 9.30-9.50 (II -НОД)	9.00 -9.25 (I -НОД) 10мин-перерыв 9.35-9.55 (II -НОД) <u>вторая половина дня</u> 15.45-16.10 (III -НОД)	9.00 -9.30 (I -НОД) 10мин,- перерыв 9.40- 10.10 (II -НОД) 10мин.- перерыв 10.20-10.50 (III -НОД)
Второй завтрак	9.30-9.40	9,40-9,50	9,50-10.00	10.40-10.50	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.20	9.50-11.50	10.00-12.10	10.50-12.20	11.00-12.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.10-11.30	11.50-12.10	12.10-12.30	12.20-12.30	12.30-12.40
Обед	11.30-12.00	12.10-12.30	12.30-12.50	12.30-12.50	12.40 - 13.00
Сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Полдник уплотненный	15.20-15.40	15.25-15.40	15.25 -15.40	15.25 -15.45	15.35-15.50
Самостоятельная и совместная деятельность, игры	15.40- 16.20	15.40- 16.20	15.40- 16.15	16.10-16.20	15.50-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.30	16.20-16.35	16.15-16.30	16.20-16.30	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.00	16.35-18.30	16,30 -18,30	16.30-18.30	16.30-18.30
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00	18.30-19.00	18,30-19,00	18.30-19.00	18.30-19.00

Зам. зав по ВиМР

Сиянова С.Ф.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 10 «Ветерок» города Калуги

Режим двигательной активности

Двигательный режим осуществляется с учетом состояния здоровья, возрастных особенностей детей и времени года.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий в зависимости от возраста		
		4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Двигательная деятельность	В зале	3 раза в неделю по 20 мин.	2 раза в неделю по 25 мин.	2 раза в неделю по 30 мин.
	На улице		1 раз в неделю по 25 мин.	1 раз в неделю по 30 мин.
Музыкальная деятельность	НОД по музыкальному развитию	2 раза в неделю по 20 мин.	2 раза в неделю по 25 мин.	2 раза в неделю по 30 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня.	Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
	Подвижные и спортивные игры	Ежедневно не менее 2-х игр по 7-8 мин	Ежедневно не менее 2-х игр по 8-10 мин	Ежедневно не менее 2-х игр по 10-12 мин.
	Физкультминутка и (в середине статического занятия)	Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия	1-2 Ежедневно в зависимости (от вида и содержания занятия)	1-2 Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25-30 мин	1 раз в месяц 30-35 мин
	Спортивный праздник	2 раза в год 15-20 мин.	2 раза в год 20-25 мин.	2 раза в год 25-30 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность в течении дня	Ежедневно. Характер и продолжительность двигательной активности зависит от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. С детьми с 2-3 лет занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляются по подгруппам (8-12 человек) 3 раза в неделю в групповой комнате, спортивном зале . до 15 мин.			

Зам. зав по ВиМР _____

Сиянова С.Ф.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575788

Владелец Карпова Елена Анатольевна

Действителен с 02.06.2021 по 02.06.2022