**Сетка-расписание планирования организованной образовательной деятельности**

**в МКДОУ Лев- Толстовский детский сад «Улыбка» на 2024 – 2025 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | группы | | | | | |
| **1 младшая**  **«Звездочки»**  **Иванова Н.М.**  **Сопронюк М.А.**  **10 мин.** | **2 младшая**  **«Цветочки»**  **Сабойдалова Н.А.**  **Гарчу Т.П.**  **15 мин.** | **средняя № 2**  **«Капельки»**  **Рейн Е.Я.**  **Пфафт Ю.А.**  **20 мин.** | **средняя № 1**  **«Солнышко»**  **Дудник Н.В.**  **Гарчу Т.П.**  **20 мин.** | **Старшая № 2**  **«Морячки»**  **Конорева А.Э.**  **Алисултанова З.В.**  **25 мин.** | **Старшая № 2**  **«Пчелки»**  **Юрченко В.В.**  **Алисултанова З.В.**  **25 мин.** |
| **Понедельник** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **ФИЗО – 10-25** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **МУЗЫКА – 10-00** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **МУЗЫКА – 9-00** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **МУЗЫКА – 9-30** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд/ аппликация** * **ФИЗО – 15-10** | * **Познавательное развитие (ФЦКМ)** * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд/ аппликация** * **ФИЗО – 15-45** |
| **Вторник** | * **Речевое развитие** * **МУЗЫКА – 10-00** * **Занятие по опорной площадке** | * **Познавательное развитие (ФЭМП)** * **Занятие по опорной площадке** * **ФИЗО – 10-30** | * **Познавательное развитие (ФЭМП)** * **ФИЗО – 11-00 (улица)** | * **Познавательное развитие (ФЭМП)** * **ФИЗО – 11-30 (улица)** | * **Познавательное развитие (ФЭМП)** * **МУЗЫКА – 9-30** * **Занятие по опорной площадке** | * **МУЗЫКА – 9-00** * **Познавательное развитие (ФЭМП)** * **Занятие по опорной площадке** |
| **Среда** | * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд** * **ФИЗО – 15-35** | * **Речевое развитие** * **ФИЗО – 15-10** * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд** | * **Речевое развитие** * **Занятие по опорной площадке**   **ФИЗО – 9-00** | * **Речевое развитие** * **Занятие по опорной площадке** * **ФИЗО – 9-30** | * **Речевое развитие** * **Речевой практикум – 9-30** * **ФИЗО – 11-00 (улица)** | * **Речевое развитие** * **Речевой практикум – 9-00** * **ФИЗО – 11-30 (улица)** |
| **Четверг** | * **Чтение художественной литературы** * **МУЗЫКА – 10-20** | * **Чтение художественной литературы** * **МУЗЫКА – 10-00** | * **Чтение художественной литературы** * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд/ аппликация** * **МУЗЫКА – 15-40** | * **Чтение художественной литературы** * **ХЭР: лепка/ конструирование и ручной труд/ аппликация** * **МУЗЫКА – 15-10** | * **МУЗЫКА – 9-30** * **Познавательное развитие (знакомство со звуком и буквой) –**   **9- 00** | * **МУЗЫКА – 9-00** * **Познавательное развитие (знакомство со звуком и буквой) –**   **9-40** |
| **Пятница** | * **ХЭР: рисование** * **ФИЗО – 10-05** | * **ХЭР: рисование**   **ФИЗО – 11-00 (улица)** | * **ХЭР: рисование** * **ФИЗО – 15-10** | * **ХЭР: рисование**   **ФИЗО – 15-40** | * **ХЭР: рисование** * **ФИЗО – 9-30** * **Чтение художественной литературы** | * **ФИЗО – 9-00** * **ХЭР: рисование** * **Чтение художественной литературы** |
| **Индивидуальные занятия МУЗЫКА** | | | | **Индивидуальные занятия ФИЗКУЛЬТУРА** | | | |
| Вторник – 15-00 – 18-00 (зал) / Четверг – 10-40 – 11-50 (зал) | | | | Понедельник - 11-00 – 11-50 (зал)/ Среда – 10-00 – 11-00 | | | |

**ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ** – работа по опорным площадкам – МОП «STEM – образование для детей дошкольного возраста 3 – 7 лет» ОМ «LEGO – конструирование» («Капельки»), ОМ «Дидактическая система Ф. Фребеля» - («Пчелки»)/ театрализованная деятельность («Морячки»)/ духовно-нравственное-патриотическое развитие («Солнышко)/ «Первые шаги» («Цветочки», «Звездочки»)

**ПЯТНИЦА (вторая половина дня)** – «Педагогические условия позитивной социализации детей раннего и дошкольного возраста» - все возрастные группы

**РЕЖИМ ДНЯ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Холодный период** | | | | | |
| **Режимные моменты** | **1 младшая**  **группа** | **2 младшая**  **группа** | **Средняя**  **группа** | **Старшая**  **группа** | **Подготовительная**  **группа** |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.00 | 7.00-8.10 | 7.00-8.20 | 7.00-8.30 | 7.00 - 8.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30 - 9.00 | 8.30 – 9.00 | 8.35 - 9.00 | 8.35 - 9.00 | 8.40 – 9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность с перерывом | 9.00 - 10.00 | 9.00 - 10.30 | 9.00 - 10.30 | 9.00 - 10.30 | 9.00 – 10.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.00-11.30 | 10.30 - 12.00 (ФИЗО на прогулке, согласно сетки занятий) | | | |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду, обед | 11.30-12.20 | 12.00-12.30 | 12.00-12.30 | 12.00-12.40 | 12.00 – 12.50 |
| Дневной сон | 12.20-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.40-15.00 | 12.50 – 15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность, индивидуальные занятия, НОД, чтение, вариативная часть ООП | 15.00-16.10 | | | | |
| Полдник | 16.10 – 16.30 | | | | |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, вариативная часть ООП, прогулка, уход домой | 16.30 – 19.00 | | | | |
| **Теплый период (лето)** | | | | | |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика на свежем воздухе | 7.00-8.15 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.35 | 7.00-8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20- 8.40 | 8.20-8.45 | 8.25-8.45 | 8.30-8.50 | 8.30-8.50 |
| Самостоятельная деятельность | 8.40-9.10 | 8.45-9.10 | 8.45-9.10 | 8.50-9.10 | 8.50-9.10 |
| Чтение | 9.10-9.20 | 9.10-9.25 | 9.10-9.25 | 9.10-9.25 | 9.10-9.25 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.20-11.30 | 9.25-11.40 | 9.25-11.50 | 9.25-11.55 | 9.25-12.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 11.20-11.35 | 11.40-12.00 | 11.50-12.05 | 11.55-12.05 | 12.00-12.10 |
| Обед | 11.35-12.00 | 12.00-12.30 | 12.05-12.30 | 12.05-12.30 | 12.10-12.35 |
| Дневной сон | 12.00-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.35-15.00 |
| Постепенный подъем, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность | 15.00-15.45 | 15.00-15.40 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 |
| Индивидуальные занятия, чтение, вариативная часть ООП | 15.45-16.00 | 15.40-15.55 | 15.15-15.50 | 15.15-15.30 | 15.15-15.50 |
| Полдник | 16.00-16.30 | 15.55-16.15 | 15.50-16.10 | 15.50-16.10 | 15.50-16.00 |
| Самостоятельная деятельность детей, игры, вариативная часть ООП | 16.30-19.00 | 16.15-19.00 | 16.10-19.00 | 16.10-19.00 | 16.00-19.00 |

**Физкультурно-оздоровительная работа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы работы** | **I младшая группа** | **II младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| 1. Определение уровня физической подготовленности детей (мониторинг) | 2 раза в год (в сентябре и мае) | 2 раза в год (в сентябре и мае) | 2 раза в год (в сентябре и мае) | 2 раза в год (в сентябре и мае) | 2 раза в год (в сентябре и мае) |
| 2. Диспансеризация | **-** | **-** | 1 раз в год | 1 раз в год | 1 раз в год |
| 3.Подвижные игры во время утреннего приема детей | Ежедневно  3-5мин. | Ежедневно  3-5мин. | Ежедневно  5-7мин. | Ежедневно  7-10мин | Ежедневно  10-12 мин. |
| 4.Утренняя гимнастика | Ежедневно  3-5мин. | Ежедневно  3-5мин. | Ежедневно  5-7мин. | Ежедневно  7-10мин. | Ежедневно  10-12мин. |
| 5.Физкультминутки | Во время ОД  2-3мин | Во время ОД  2-3мин | Во время ОД  2-3мин | Во время ОД  2-3мин | Во время ОД  2-3мин |
| 6. Релаксация | - | После ОД  2-3мин. | После ОД  2-3мин | После ОД  2-3мин | После ОД  2-3мин |
| 7. Музыкально-ритмические движения | На муз. занятиях  6-8мин. | На муз. занятиях  6-8мин | На муз. занятиях  8-10мин | На муз. занятиях  10-12 мин | На муз. занятиях  12-15 мин |
| 8. Физкультурные занятия в зале – **2** (+ **1** на улице 2 младшая – подготовительная группы) | 2 раза в неделю  10-15мин. | 3 раза в неделю  10-15мин. | З раза в неделю  15- 20мин. | 3 раза в неделю  20-25мин. | З раза в неделю  25-30 мин. |
| 9. Подвижные игры:  - сюжетные;  - игры – забавы;  - соревнования;  - эстафета;  - аттракционы  - на улице | Ежедневно  5 – 7 мин. | Ежедневно  5 – 7 мин. | Ежедневно  7 – 8 мин. | Ежедневно  8 – 10мин. | Ежедневно  10 – 12мин. |
| 10.Оздоровительные мероприятия:  - гимнастика пробуждения;  - коврики с пуговицами  - дыхательная гимнастика | Ежедневно  5мин. | Ежедневно  5мин. | Ежедневно  6мин. | Ежедневно  8мин. | |
| 11. Физические упражнения и игровые задания:  - игры с элементами логоритмики;  -артикуляционная гимнастика;  - пальчиковая гимнастика  - спортивные упражнения  - спортивные игры | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору  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  2 раза в неделю | Ежедневно, сочетая упражнения по выбору  10-15 мин.  2 раза в неделю  2 раза в неделю |
| 12. Физкультурный досуг | 1 раз в месяц  10-15 мин. | 1 раз в месяц  20мин. | 1 раз в месяц  20 мин. | 1 раз в месяц  30-45мин. | 1раз в месяц  40мин. |
| 13.День здоровья |  | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| 14. Каникулы | 2 раза в год (январь, март) | 2 раза в год (январь, март) | 2 раза в год (январь, март) | 2 раза в год (январь, март) | 2 раза в год (январь, март) |
| Спортивный праздник | - | - | 2 раза в год  40-45 мин. | 2 раза в год  50-60 мин. | |
| Витаминотерапия | Ежедневно | | | | |
| Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями) | В периоды возникновения инфекции (осень – весна) | | | | |
| Кварцевание групп | В период карантина и эпидемий по 10 минут в отсутствие детей | | | | |
| Смазывание носа аксалиновой мазью | В периоды возникновения инфекции (осень – весна) | | | | |
| Обширное умывание прохладной водой | Ежедневно после сна | | | | |
| Воздушные ванны | Ежедневно | | | | |
| Босохождение по массажным коврикам | Ежедневно | | | | |
| Облегченная одежда детей | В течение дня | | | | |
| Ходьба босиком | После сна | | | | |
| Организация вторых завтраков (натуральные соки/йогурты) | Ежедневно в 10.00 | | | | |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня | Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя. | | | | |

**Система закаливающих мероприятий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Возрастные группы** | | | | |
| **I. Элементы повседневного закаливания** | **1младшая** | **2младшая** | **Средняя** | **Старшая** | **Подготовительная** |
| В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей | | | | |
| 1. Воздушно-температурный режим: | от +21 | от +21 | от +20 | от +20 | от +20 |
| до +19С | до +19С | до+18С | до+18С | до +18С |
| * Одностороннее проветривание (в присутствии детей) | В холодное время проветривание проводится кратковременно (5-10 мин).  Допускается снижение температуры на 1-2С | | | | |
| * Сквозное проветривание (в отсутствии детей): | В холодное время года проводится кратковременно (5-10мин).  Критерием прекращения проветривания помещения являются температура воздуха, сниженная на 2-3С | | | | |
| - Утром перед приходом детей | К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной | | | | |
| - перед возвращением детей с дневной прогулки | +21С | +21С | +20С | +20С | +20С |
| - Во время дневного сна, вечерней прогулки | В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении | | | | |
| 2. Воздушные ванны: - прием детей на воздухе | -15С | -15С | -15С | -18С | -18С |
| - утренняя гимнастика | В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная | | | | |
| - | -15С | -18С | -19С | -20С |
| Два занятия в зале. Форма спортивная | | | | |
| В носках | | | В носках | |
| физкультурные занятия | +18С | +18С | +18С | +18С | +18С |
| Одно занятие круглогодично на воздухе | | | | |
| - | -15С | -18С | -19С | -20С |
| Два занятия в зале. Форма спортивная | | | | |
| В носках | | | В носках | |
| - прогулка | Одежда и обувь соответствует метеорологическим условиям в холодное время года | | | | |
| -15С | -18С | -20С | -22С | -22С |
| - свето -воздушные ванны | В неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40мин.  В теплое время года ежедневно при температуре от +20С до +22С,  После предварительной воздушной ванны в течение 10-15мин. | | | | |
| - дневной сон | Обеспечивает состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры воздуха в помещении.+18С | | | | |
| - физические упражнения | Ежедневно | | | | |
| - после дневного сна | В помещении температуры на 1-2 градуса ниже нормы | | | | |
| **II. Специальные закаливающие воздействия** | Полоскание рта водой комнатной температуры | | | | |
| Игровой массаж | Закаливающее дыхание, игровой массаж рук, массаж ушей | | | | |
| Закаливание проводится на фоне теплового комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой. | | | | | |

**Возрастные образовательные нагрузки в группах**

**(с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Группы детского сада** | | | | |
| **1 младшая** | **2 младшая** | **Средняя** | **Старшая** | **Подготовительная** |
| Количество условных учебных часов в неделю | **9** | **11** | **12** | **14** | **15** |
| Длительность условного учебного часа (мин.) | **10** | **15** | **20** | **25** | **30** |
| Максимальный объем недельной образовательной нагрузки, включая дополнительные образовательные программы | **1,5 часа**  **(90 мин)** | **2 ч 45мин**  **(165 мин)** | **4 часа**  **(240 мин)** | **5 ч 50 мин**  **(350 мин)** | **7 ч 30мин**  **(450 мин)** |
| Количество занятий по дополнительному образованию в неделю (не более) | **1 раз**  **в неделю** | **1 раз**  **в неделю** | **2 раза**  **в неделю** | **2 – 3 раза**  **в неделю** | **3 раза**  **в неделю** |