

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ

« Марьинская школа № 1566 памяти Героев Сталинградской битвы».

(ГБОУ Школа № 1566)

ДО №5

109652, г. Москва, ул. Люблинская, д. 173А
т/факс 8(495) 658-57-83 e-mail: 1566@edu.mos.ru
ОГРН 5147746368875

www.sch1566.mskobr.ru
ИНН/КПП 7723927537/772301001



Гибкий режим деятельности

*2020 - 2021 учебный год
(холодный период года)*

Гибкий режим деятельности в подготовительной к школе

группы № 4

/холодный период года/

2020- 2021 уч.г.

(режимные моменты проводятся по дням недели согласно
расписанию образовательной деятельности).

Прием детей на улице, прогулка. Самостоятельная деятельность, подвижные игры.	7.00-8.00
Самостоятельная деятельность детей, игры, утренняя гимнастика, дежурство.	8.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак. (формирование культурно-гигиенических навыков)	8.30-8.50
Самостоятельная игровая деятельность. Индивидуальная коррекционная работа. Подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 - 9.30
	9.40-10.10
	10.20-10.50
2-й завтрак	10.50 -10.55
Подготовка к прогулке	10.50-11.05
Прогулка / игры, наблюдения, труд/ Самостоятельная деятельность.	11.05-12.35
Возвращение с прогулки. Игры	12.35-12.45
Подготовка к обеду. Обед	12.45-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, физкультурно- оздоровительные мероприятия, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Самостоятельные игры. Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие игровые сеансы. (Организованная образовательная деятельность – 2 раза в неделю)	15.40-16.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.40-17.40
Возвращение с прогулки. Самостоятельные игры.	17.40-17.50
Вечерние досуги	17.50-18.10
Подготовка к ужину. Ужин. (формирование культурно-гигиенических навыков)	18.10-18.30
Игры. Самостоятельная деятельность. Постепенный уход детей домой	18.30-19.00
Ежедневно	
Чтение художественной литературы по плану воспитателей	

Общий подсчет времени

Итого: прогулка ежедневно – 3 часа

П.11.5 – Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводится 2 раза в день (I и II половина дня)

П.11.8 – Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3 - 4 ч.

Дневной сон - 2 часа.

П.11.7 – Продолжительность сна для детей 3-7 лет (2 часа)

Продолжительность организованной образовательной деятельности в первой половине дня – 1.30 мин.

Перерыв -10 мин.

Продолжительность одной организованной образовательной деятельности – 30 мин.

Продолжительность образовательной нагрузки в неделю - 7ч. + 60 мин. – организация плавания.

П.11.10 - Продолжительность НОД: для детей от 6-7 лет не более 30 мин. (вся НОД проводится в 1-ю полов. Дня; макс. допустимый объем образ. Нагрузки в 1-ю пол. Дня – 1.30 мин.)

Зрительная гимнастика, физкультминутки, чтение художественной литературы, коррекционно-развивающие занятия – ежедневно.

Примечание:

Образовательная деятельность во 2-ую половину дня 1 раз в нед. (пятница)

Понедельник, четверг прогулка: 7.00 – 8.00 (1ч)

10.35-12.35 (2ч)

16.40-17.40 (1ч)

Итого: 4 ч. в день

Вторник прогулка: 7.00-8.00 (1ч.)

11.05-12.35 (1ч.30 мин)

17.40 -18.10 (30 мин.)

Итого: 3 ч. в день

Среда прогулка: 7.00 -8.00 (1ч)

10.35 -12.35 (2ч)

17.10 -17.40 (30мин)

Итого: 3 ч. 30 мин. в день

Пятница прогулка: 7.00-8.00 (1ч.)

11.05-12.35 (1ч.30 мин)

16.40-17.40 (1ч.)

Итого: 3 ч. 30 мин. в день

Гибкий режим деятельности старшей группы № 5

/холодный период года/

2020-2021 уч.г.

(режимные моменты проводятся по дням недели согласно расписанию образовательной деятельности).

Прием детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, подвижные игры, физкультурно-оздоровительные минутки, взаимодействие с родителями.	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство (формирование культурно-гигиенических навыков)	8.30 - 8.50
Самостоятельная игровая деятельность. Подготовка к образовательной деятельности	8.50 - 9.00
Организованная образовательная деятельность.	9.00 - 9.20
	9.30– 9.55
Самостоятельная деятельность детей.	9.55 - 10.00
2-й завтрак	10.00 - 10.05
Подготовка к прогулке	10.05 - 10.15
Прогулка / игры, наблюдения, труд/ Самостоятельная деятельность.	10.15 - 12.25
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие сеансы.	12.25 - 12.40
Подготовка к обеду. Обед	12.40 - 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 - 15.00
Постепенный подъем, физкультурно - оздоровительные мероприятия, воздушные, водные процедуры.	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Вечерняя досуговая деятельность.	15.40 – 16.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность.	16.00 – 18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.10
Подготовка к ужину.	
Ужин	18.10-18.30
Самостоятельные игры, постепенный уход детей домой, взаимодействие с родителями.	18.30-19.00
Ежедневно	
Чтение художественной литературы по плану воспитателей	

Общий подсчет времени

Итого: прогулка ежедневно – 3 часа

П.11.5 – Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводится 2 раза в день (I и II половина дня)

П.11.8 – Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3 - 4 ч.

Дневной сон - 2 часа.

П.11.7 – Продолжительность сна для детей 3-7 лет (2 часа)

Продолжительность организованной образовательной деятельности в первой половине дня – 45 мин.

Перерыв -10 мин.

Продолжительность одной организованной образовательной деятельности – 20-25 мин.

Продолжительность образовательной нагрузки в неделю - 6ч.15 мин.

П.11.10 - Продолжительность НОД: для детей от 5-6 лет не более 25 мин. (вся НОД проводится в I-ю полов. Дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в I-ю пол. Дня - 45 мин.)

Зрительная гимнастика, физкультминутки, чтение художественной литературы, коррекционно-развивающие занятия – ежедневно.

Примечание:

Образовательная деятельность во 2-ую половину дня 2 раза в нед. (пн, пт)

Вторник: Прогулка в I половину дня 10.15-12.25 (2ч.10 мин.)

II половину дня 16.30-17.30 (1 ч)

Итого: 3 ч. 10 мин.

Вечерняя досуговая деятельность 17.40 -18.10.

Среда: Прогулка в I половину дня 10.15-12.25 (2ч.10 мин.)

II половину дня 16.45-17.35 (50 мин.)

Итого: 3 ч. в день

Вечерняя досуговая деятельность 17.45 -18.10.

Пятница: Прогулка в I половину дня 10.55 -12.25 (1ч.30мин.)

II половину дня 16.30 – 18.00 (1ч.30 мин)

Итого: 3 ч. в день

Вечерняя досуговая деятельность после ужина

Прогулка в понедельник и четверг:

В I половину дня 10.15-11.15 (1 ч)

II половину дня 16.00-18.00 (2 ч)

Итого: 3ч в день.

Гибкий режим деятельности средней группы №3**/холодный период года/****2020 - 2021 уч.г.**

(режимные моменты проводятся по дням недели согласно расписанию образовательной деятельности).

Прием детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, подвижные игры, физкультурно-оздоровительные минутки, взаимодействие с родителями.	7.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.55
Подготовка к образовательной деятельности	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.20
	9.50 – 10.10
2-ой завтрак	10.10 – 10.20
Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие игровые сеансы, самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке	10.20 – 10.30
Прогулка / игры, наблюдения, труд/ Самостоятельная деятельность.	10.30 - 12.10
Возвращение с прогулки	12.10-12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, физкультурно- оздоровительные мероприятия, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие игровые сеансы, самостоятельная деятельность.	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, игры	16.00 -16.10
Прогулка. Самостоятельные игры	16.10 - 17.30
Возвращение с прогулки, игры	17.30-17.45
Досуговая деятельность детей	17.45 – 18.10
Подготовка к ужину. Ужин (формирование культурно-гигиенических навыков)	18.10 – 18.30
Самостоятельная деятельность детей, уход домой	18.30 – 19.00
Ежедневно	
Чтение художественной литературы по плану воспитателей	
Общий подсчет времени	

Примечание : в среду и четверг прогулка 11.00-12.10 (в первую пол.дня)
16.10 – 18.00 (во вторую пол.дня)

в пятницу 10.30 - 11.30 (в первую пол.дня)
16.00 – 18.00 (во вторую пол.дня)

Вечерняя досуговая деятельность (среда, четверг, пятница – после ужина 18.30-19.00)

Итого: прогулка ежедневно – 3 часа

П.11.5 – Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводится 2 раза в день (I и II половина дня)

П.11.8 – Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3 - 4 ч.

Дневной сон - 2 часа.

П.11.7 – Продолжительность сна для детей 3-7 лет (2 часа)

Продолжительность организованной образовательной деятельности в первой половине дня - 40 мин.

Перерыв -10 мин.

Продолжительность одной организованной образовательной деятельности – 20 мин.

Продолжительность образовательной нагрузки в неделю - 3ч. 20 мин.+ 40 мин. – организация плавания.

П.11.10 - Продолжительность НОД: для детей от 4-5 лет не более 20 мин. (вся НОД проводится в I-ю полов. дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в I-ю пол. дня- 40 мин.)

Зрительная гимнастика, физкультминутки, чтение художественной литературы, коррекционно-развивающие занятия – ежедневно.

Гибкий режим деятельности средней группы №2

/холодный период года/

2020 - 2021 уч.г.

(режимные моменты проводятся по дням недели согласно расписанию образовательной деятельности).

Прием детей, утренняя гимнастика, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, подвижные игры, физкультурно-оздоровительные минутки, взаимодействие с родителями.	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков)	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности.	8.50-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность (занятия)	9.00 - 9.20
	9.30 – 9.50
Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие игровые сеансы, самостоятельная деятельность.	9.50 - 10.05
2-й завтрак	10.05 -10.15
Подготовка к прогулке	10.15 – 10.30
Прогулка (игры, наблюдения, труд , совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность, двигательная деятельность)	10.30 - 12.00
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков, игры, самостоятельная деятельность детей)	12.00-12.20
Подготовка к обеду. Обед (формирование культурно-гигиенических навыков)	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, физкультурно - оздоровительные мероприятия (гимнастика пробуждения , воздушные, водные процедуры, формирование навыков самообслуживания)	15.00 -15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.50
Игры детей, самостоятельная деятельность	15.50-16.10
Подготовка к прогулке (формирование навыков самообслуживания)	16.10 – 17.40
Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, взаимодействие с родителями)	16.10 - 17.40

Возвращение с прогулки	17.40 -17.50
Вечерняя досуговая деятельность	17.50 -18.10
Подготовка к ужину. Ужин	18.10 -18.30
Самостоятельная деятельность детей, игры, коррекционно-развивающие игровые упражнения, взаимодействие с родителями, уход детей домой.	18.30–19.00
Ежедневно	
Чтение художественной литературы по плану воспитателей	
Общий подсчет времени	
Итого: прогулка ежедневно – 3 часа (I половина дня – 1ч.30 мин. II половина дня – 1ч.30 мин.)	
<i>П.11.5 – Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводится 2 раза в день (I и II половина дня)</i>	
<i>П.11.8 – Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3 - 4 ч.</i>	
<i>Дневной сон - 2 часа.</i>	
<i>П.11.7 – Продолжительность сна для детей 4-5 лет (2 часа)</i>	
<i>Продолжительность организованной образовательной деятельности в первой половине дня - 40 мин.</i>	
<i>Перерыв -10 мин.</i>	
<i>Продолжительность одной организованной образовательной деятельности – 20 мин.</i>	
<i>Продолжительность образовательной нагрузки в неделю - 3ч. 20 мин.+ 40 мин. – организация плавания.</i>	
<i>П.11.10 - Продолжительность НОД: для детей от 4-5 лет не более 20 мин.(вся НОД проводится в I-ю полов. дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в I-ю пол. дня- 40 мин.)</i>	
<i>Зрительная гимнастика, физкультминутки, чтение художественной литературы, коррекционно-развивающие занятия – ежедневно.</i>	
<i>Примечание: во вторник (организация плавания по подгруппам 15.10 -15.40) (подготовка к полднику, полдник 15.40 – 16.00) (подготовка к прогулке прогулка 10.15-12.00 16.30 -17.45)</i>	

Гибкий режим деятельности младшей группы №1

/холодный период года/

2020 - 2021 уч.г.

(режимные моменты проводятся по дням недели согласно расписанию образовательной деятельности).

Прием детей, утренняя гимнастика, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, подвижные игры, физкультурно-оздоровительные минутки, взаимодействие с родителями.	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак (формирование культурно-гигиенических навыков)	8.20-8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности.	8.50-9.00
Непосредственно - образовательная деятельность (занятия)	9.00 - 9.15
	9.25 – 9.40
Индивидуальные и подгрупповые коррекционно-развивающие игровые сеансы, самостоятельная деятельность.	9.40-10.00
2-й завтрак	10.00-10.15
Подготовка к прогулке	10.15 – 10.30
Прогулка (игры, наблюдения, труд, совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность, двигательная деятельность)	10.30 - 12.00
Возвращение с прогулки (формирование навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков, игры, самостоятельная деятельность детей)	12.00-12.20
Подготовка к обеду. Обед (формирование культурно-гигиенических навыков)	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, физкультурно - оздоровительные мероприятия (гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры, формирование навыков самообслуживания)	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.50
Подготовка к прогулке (формирование навыков самообслуживания)	15.50 – 16.10
Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей, двигательная активность, индивидуальная работа с детьми, взаимодействие с родителями)	16.10 - 17.40

Возвращение с прогулки	17.40 -17.50
Вечерняя досуговая деятельность	17.50 -18.10
Подготовка к ужину. Ужин	18.10 -18.30
Самостоятельная деятельность детей, игры, коррекционно-развивающие игровые упражнения, взаимодействие с родителями, уход детей домой.	18.30–19.00
Ежедневно	
Чтение художественной литературы по плану воспитателей	
Общий подсчет времени	
Итого: прогулка ежедневно – 3 часа (I половина дня – 1ч.30 мин. II половина дня – 1ч.30 мин.)	
<i>П.11.5 – Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа, проводится 2 раза в день (I и II половина дня)</i>	
<i>П.11.8 – Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3 - 4 ч.</i>	
<i>Дневной сон - 2 часа.</i>	
<i>П.11.7 – Продолжительность сна для детей 3-7 лет (2 часа)</i>	
<i>Продолжительность организованной образовательной деятельности в первой половине дня - 30 мин.</i>	
<i>Перерыв -10 мин.</i>	
<i>Продолжительность одной организованной образовательной деятельности – 15 мин.</i>	
<i>Продолжительность образовательной нагрузки в неделю - 2ч.45 мин</i>	
<i>П.11.10 - Продолжительность НОД: для детей от 3-4 лет не более 15 мин.(вся НОД проводится в 1-ю полов. дня; макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня- 30 мин.)</i>	
<i>Зрительная гимнастика, физкультминутки, чтение художественной литературы, коррекционно-развивающие занятия – ежедневно.</i>	