



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ ЦО № 18  
М.В.Саксина  
Приказ № 41/от 30.08.2019

**Организация режима  
пребывания детей  
в МБОУ ЦО №18  
(дошкольные группы)**

**Организация режима пребывания в МБОУ ЦО №18  
детей групп раннего возраста**

**Холодный период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.05-8.25
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.25-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.08(10); 9.15-9.25(10)
Второй завтрак	9.25-9,30
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-15.30
Организованная образовательная деятельность по подгруппам.	15.30-15.40; 15.50-16.00
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина.	16.05-16.25
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Теплый период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.05-8.25
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.25-9.00
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-16.05
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.05-16.25
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Организация режима пребывания в МБОУ ЦО №18  
детей младшей группы**

**Холодный период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.15-8.55
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55-9.20
Организованная образовательная деятельность	9.20-10.00
Второй завтрак	9.40-9.45
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-15.30
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина.	16.15-16.35
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.35-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Теплый период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.05-8.25
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.25-9.00
Второй завтрак	9.40-9.45
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-16.05
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.05-16.25
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Организация режима пребывания в МБОУ ЦО №18  
детей средней группы**

**Холодный период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.20-8.55
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55-9.10
Организованная образовательная деятельность	9.10-10.00
Второй завтрак	9.45-9.50
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-15.30
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.20-16.45
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.45-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	17.00 -19.00

**Теплый период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.05-8.25
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.25-9.00
Второй завтрак	9.45-9.50
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-16.05
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.05-16.25
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Организация режима пребывания в МБОУ ЦО №18  
детей старшей группы**

**Холодный период года**

<b><i>Режимные моменты</i></b>	<b><i>Время</i></b>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.20-8.55
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.30
Второй завтрак	9.45-9.50
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.30-12.40
Подготовка к обеду. Обед.	12.20-13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-15.30
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.25-16.45
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.55-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	17.15 -19.00

**Теплый период года**

<b><i>Режимные моменты</i></b>	<b><i>Время</i></b>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.25-8.45
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.45-9.00
Второй завтрак	9.55-10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-16.05
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.05-16.25
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	16.45 -19.00

**Организация режима пребывания в МБОУ ЦО №18  
детей подготовительной к школе группы**

**Холодный период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30-8.55
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.50
Второй завтрак	9.45-9.50
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	10.50-12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.20-12.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-15.30
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.30-16.55
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.55-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	17.15 -19.00

**Теплый период года**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Прием, осмотр детей, игры. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.05
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.05-8.25
Самостоятельная игровая деятельность детей. Взаимодействие взрослого с ребенком. Подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.25-9.00
Второй завтрак	10.00-10.05
Подготовка к прогулке. Прогулка ( <i>игры, наблюдения, труд</i> )	9.30-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.20-11.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем. Воздушные процедуры.	15.00-15.15
Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.15-16.05
Подготовка и проведение уплотненного полдника с включением блюд ужина	16.30-16.55
Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	16.55-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка. Игры. Взаимодействие взрослого с ребенком. Уход детей домой.	17.15-19.00

**Объем недельной двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности для детей дошкольного возраста.**

<b>Формы работы</b>	<b>Группы раннего возраста</b>		<b>Младшая группа</b>		<b>Средняя группа</b>		<b>Старшая группа</b>		<b>Подготовительная к школе</b>	
	день	неделя	день	неделя	день	неделя	день	неделя	день	неделя
Утренняя гимнастика	5	25	5	25	8	40	10	50	12	60
Организованная образовательная деятельность по физическому развитию	10	30	15	45	20	60	25	75	30	90
Музыкально-ритмические движения	10	20	10	20	15	30	15	30	15	30
Подвижные игры на свежем воздухе	10	50	15	75	20	100	25	125	35	175
Спортивные упражнения	-	-	10	20	10	20	15	30	15	30
Спортивные игры	-	-	-	-	-	-	15	30	15	30
Школа мяча	-	-	7,5	15	10	20	15	30	15	30
Школа скакалки	-	-	-	-	7,5	15	15	30	15	30
Бодрящая гимнастика после дневного сна	5	25	5	25	7	35	10	50	10	50
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	10	10	15	15	20	20	25	25	30	30
Физкультурные праздники (2 раза в год)	10	20	15	30	20	40	25	50	30	60
День здоровья (1 раз в квартал)	10	10	15	15	20	20	25	25	30	30
Детский туризм (экскурсии) (2 раза в год: осенью и весной)	10	20	15	30	20	40	25	50	30	60
<b>Итого:</b>	<b>3 ч 30 м</b>		<b>5 ч 15 м</b>		<b>7 ч 25 м</b>		<b>10 ч 00 м</b>		<b>11 ч 45 м</b>	

Пролито, прочувствено и скреплено  
печатью на 1/10  
Директор М.В. Сидорова  
МБОУ ЦО № 18 Сидорова М.В.



*Handwritten mark*

