|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Приложение 1  к Образовательной программе  МБДОУ на 2013-2014 учебный год |  | Утверждаю:  Заведующий МБДОУ ЦРР — детский сад №63 г.Шахты  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А.Рыбина |

**Гибкий оздоровительный режим пребывания детей средней группы №2 на 2013-2014 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время** | | | | | **Содержание образовательной деятельности, интеграция содержания образовательных областей** | Особенности организации | |
| Пн | Вт | Ср | Чт | Пт | При благоприят-ных климати-ческих условиях | При неблагоприят-ных климати-ческих усло-  виях |
| **1 половина дня** | | | | | | | |
| 8.00-8.20 | | | | | Прием детей, беседы с детьми, наблюдения в природе, свободные *игры*; индивидуальные и подгрупповые дидактические *игры.* | На групповом участке | В групповом помещении |
| 8.20-8.25 | | | | | Утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения с предметами и без, с музыкальным сопровождением, координация речи и движения) | На свежем воздухе | В спортивном зале |
| 8.25 – 8.40 | | | | | Минутки вхождения в день (пальчиковая гимнастика, звукоречевые упражнения, чистоговорки, дыхательные упражнения) | - | - |
| 8.40-9.00 | | | | | Подготовка к завтраку. Завтрак | - | - |
| 9.00-9.50 | 9.00-  10.00 | 9.00-9.50 | 9.00-9.55 | 9.00-10.00 | Непосредственно образовательная деятельность (см. Расписание непосредственно образовательной деятельности на 2013-2014 учебный год)  Двигательная разминка между занятиями (логоритмические упражнения, психогимнастики, ритмические упражнения игрового характера и др.) – **не менее 10 мин.** | - | - |
| 9.50-12.10 | 10.00-12.10 | 9.50-12.10 | 9.55-12.10 | 10.00-12.10 | Подготовка к прогулке. Прогулка (после статических занятий – дыхательные упражнения + игры высокой подвижности (с бегом, прыжками).  После динамических занятий – гимнастика для глаз (наблюдения за явлениями природы) + игры средней степени подвижности (в кругу, на равновесие, внимание, координацию). Самостоятельная игровая деятельность. | На свежем воздухе | В провет-ренных помещениях спортивного зала, музыкаль-ного зала (по расписанию) |
| 12.10-12.35  *Минутки добра* | | | | | Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду (гигиенические процедуры: раздевание, мытье рук, умывание).  Чтение стихов, слушание музыки, дружеское общение, игры и упражнения на развитие коммуникативных умений и навыков. | - | Подготовка к обеду 12.20-12.35 |
| 12.35-13.00 | | | | | Обед. | - | - |
| 13.00-15.00 | | | | | Подготовка ко сну. Дневной сон (использование элементов музыкотерапии, психогимнастики) | С открытой форточкой | - |
| **2 половина дня** | | | | | | | |
| 15.00-15.20 | | | | | Постепенный подъем. Гимнастика пробуждения. Закаливание (воздушные контрастные ванны, умывание прохладной водой согласно схеме) | - | - |
|  | 15.25-15.45 |  | 15.25-15.45 |  | Непосредственно образовательная деятельность (см. Расписание непосредственно образовательной деятельности на 2013-2014 учебный год) | - | - |
| 15.20-16.15 | 15.45-16.15 | 15.20-16.15 | 15.45-16.15 | 15.20-16.15 | Игры, наблюдения, речевые упражнения, индивидуальная работа. Самостоятельная игровая деятельность (игры средней и малой подвижности). Индивидуальное двигательное задание для развития основных движений. | - | - |
| 16.15-16.40 | | | | | Подготовка в уплотненному полднику. Уплотненный полдник | - | - |
| 16.40-18.00 | | | | | Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой. Прощание с элементами логоритмики, настольные игры, игры с различными видами конструкторов. | На свежем воздухе | В провет-ренных помещениях спортивного зала, музыкаль-ного зала (по расписанию) |
| Длительность прогулки | | | | |
| 4ч. 10мин | 3ч.  40мин | 4ч.  10мин | 4ч.  05мин | 4ч.  10мин |