



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МКДОУ № 19
Л.В.Алтунина
187 от « 31 » августа 2022 г

Учебный план
Муниципального казённого дошкольного образовательного
учреждения детский сад № 19 (МКДОУ № 19)
на 2022-2023 уч.год

Пояснительная записка.

Учебный план на 2022 – 2023 учебный год составлен в соответствии со следующими нормативными документами:

- ❖ Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ❖ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 — Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- ❖ Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России) Департамента общего образования 28 февраля 2014г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования».
- ❖ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- ❖ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- ❖ Приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

Учебный план ориентирован на концепцию дошкольного воспитания, учитывает основные положения:

- Инструктивно-методического письма Минобрнауки России от 14.03.2000 №65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;
- Инструктированного письма Минобрнауки России от 02.06.1998 №89/34-16 «О реализации права дошкольных образовательных учреждений на выбор программ и педагогических технологий»;
- Устава ДОО;
- Лицензией на осуществление образовательной деятельности.

Основные цели учебного плана:

- регламентировать организацию образовательного процесса;
- установить формы и виды организации образовательного процесса;
- определить количество недельной образовательной нагрузки по каждой возрастной группе.

Учебный план МКДОУ № 19 на 2022 – 2023 учебный год является локальным нормативным актом, устанавливающим перечень образовательных областей и объём учебного времени, отводимого на проведение непрерывной образовательной деятельности, при этом данное распределение не является жестко регламентированным и предусматривает возможность интеграции

В детском саду функционирует 4 группы, из них:

- младше-ясельная группа (от 1 года до 3 лет) - 1 группа
- младше-средняя группа (3-4 года) – 1 группа
- старшая группа (комбинированная) (5 лет) – 1 группа
- подготовительная группа (6-7 лет) - 1 группа

Содержание педагогической работы по освоению детьми образовательных областей «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Социально- коммуникативное развитие», «Художественно- эстетическое развитие», «Речевое развитие» входят в расписание организованной образовательной деятельности. Они реализуются как в обязательной части, так и в части, формируемой участниками образовательного процесса, так и во всех видах деятельности и отражены в календарном планировании.

При составлении учебного плана учитывались следующие принципы:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости;
- принцип соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности;
- единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
- принцип интеграции непосредственно образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно- тематический принцип построения образовательного процесса;
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
- соблюдение преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Количество и продолжительность организованной образовательной деятельности устанавливаются в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и требованиями (СанПиН 2.4.1.3049-13):

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. ДОУ работает в режиме пятидневной рабочей недели, обеспечивая 10,5-ти часовое пребывание воспитанников.

Содержание педагогической работы по освоению детьми образовательных областей отражено в расписании непрерывной образовательной деятельности.

Объём учебной нагрузки в течение недели соответствует санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 года № 26):

- Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.
- Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.
- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 50 минут (75 минут при организации одного занятия после дневного сна) и 90 минут соответственно.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

- Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

- Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Таким образом, учебный план соответствует требованиям действующих на текущий момент нормативно-правовых документов, утвержденных в системе дошкольного образования Российской Федерации.

Организация жизнедеятельности МКДОУ № 19 предусматривает, как организованные педагогами совместно с детьми (ООД, развлечения, досуги, праздники) формы детской деятельности, так и самостоятельную деятельность детей.

Парциальные программы являются дополнением к Примерной основной общеобразовательной программе и составляют не более 40% от общей учебной нагрузки.

Основу реализации образовательного процесса в МКДОУ № 19 составляет комплексно- тематический принцип планирования, принцип целостности и интеграции.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональный и культурный компонент.

В ДОУ работают специалисты:

- Музыкальный руководитель
- Педагог- психолог-в отпуске по уходу за ребенком до 3х лет
- Учитель- логопед
- Инструктор по физической культуре

В летний период занятия не проводятся. В это время увеличивается продолжительность прогулок, а также проводятся спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, сохраняется деятельность по реализации художественно-эстетического и физического направления развития детей.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МКДОУ № 19

Л.В.Алтунина
приказ № 188 от «31_» августа 2022г.

Годовой календарный учебный график на 2022-2023 учебный год

1. Режим работы учреждения		
Продолжительность учебной недели	5 дней (понедельник- пятница)	
Время работы возрастных групп	10,5 часов в день (с 7.30 до 18.00 часов)	
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни	
2. Продолжительность учебного года		
Учебный год	с 01.09.2022 г. по 31.05.2023 г.	36 недель
I полугодие	с 01.09.2022 г. по 26.12.2023 г.	16 недель
II полугодие	с 09.01.2023 г. по 31.05.2023 г.	20 недель
3. Мероприятия, проводимые в рамках образовательного процесса		
3.1. Оценка индивидуального развития дошкольников, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе его дальнейшего планирования		
Наименование	Сроки	Количество дней
Педагогическая диагностика	с 02.09.2022 по 15.09.2022	2 недели
	с 15.05.2023 по 29.05.2023	2 недели
3. Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни		
3.1. Каникулы		
	Сроки/ даты	Количество каникулярных недель/ праздничных дней
Зимние каникулы	27.12.2022 г. – 08.01.2023г.	2 недели
Летние каникулы	01.06.2022 г. – 31.08.2023 г.	13 недель
3.2. Праздничные дни		
День народного единства	04 .11.2022г.	1 день

Новогодние праздники	31.12.2022 – 08.01.2023	9 дней
День защитника Отечества	23.02.2023 г.- 26.02.2023 г.	4 дня
Международный женский день	8.03.2023 г.	1 день
Праздник Весны и Труда	01.05.2023г.	1 день
День Победы	06.05.2023г.-09.05.2023г.	4 дня
День России	12.06.2023г.	1 день
4. Адаптационный период в группе ясельного возраста		
Адаптационный период в группе ясельного возраста	01.09.2022г. -31.10.2023г.	9 недель
5.Комплектование групп (4 группы):		
группа	количество группы	наполняемость
младше – ясельного возраста	1	20
младше-среднего возраста	1	21
старшего возраста	1	17
подготовительного возраста	1	23
6. Дополнительные формы образования		
7. Работа в летний оздоровительный период		
01.06.2023 г. – 31.08.2023 г.	13 недель	В летний период воспитательно-образовательная работа планируется в соответствии с планом летней оздоровительной работы и тематическим планированием. В летний период проводятся мероприятия физкультурно-оздоровительного и музыкально-развлекательного характера.

8. Работа с родителями	
Собрание	Периодичность проведения родительских собраний в группах ДОУ (формат онлайн):
1 собрание –	сентябрь-октябрь,
2 собрание –	январь-февраль,
3 собрание –	апрель – май.
Общее родительское собрание	17.10.2022г

Организация двигательной активности детей

	младше- ясельная группа	младше-средняя группа	старшая группа	Подготови- тельная группа
мин				
Утренняя гимнастика	10	10	10	10
Физкультминутка	1	2	3	4-6
П/и, физические упражнения и задания на прогулке	10	10-15	11-16	7-10
Спортивные игры, игры-эстафеты на прогулке				8-10
Музыкально- ритмические движения, лого- ритмические упражнения, музыкальные подвижные игры	6	10	15	18-20
Индивидуальная работа по развитию движений	2	2	3	3-4
Игры – хороводы, игровые упражнения, п/и малой подвижности, разминки в группе	2	3	3	5
Гимнастика после дневного сна в сочетании с воздушными ваннами, закаливающими процедурами	10	10	12	15
Физкультурные занятия	10	15	20	30
Самостоятельная двигательная деятельность	+	+	+	+

Дни здоровья	+	+	+	+
Неделя здоровья	+	+	+	+
Физкультурный досуг	10	15	20	30
Объем двигательной активности в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности.	4 часа в неделю	4ч 45 мин	5 ч 50 мин	8 ч

Планирование образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность

Вид деятельности	Периодичность			
	группа младше- ясельного возраста	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физкультура на воздухе	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Познавательное развитие	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	3 раза в неделю
Коммуникация	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Рисование	-	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Игры –занятия со строительным материалом	1 раз в неделю			
Игры- занятия с дидактическим материалом	2 раза в неделю			
Лепка/аппликация/ ручной труд	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Конструирование	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Музыка	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Всего	10	11	13	14

Совместная образовательная деятельность воспитателя и детей в ходе режимных моментов

Вид деятельности	Периодичность			
	Младшая-ясельная	Средняя	Старшая	Подготовительная
Взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности				
Чтение художественной литературы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Конструктивно-модельная деятельность	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Игровая деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Дежурства	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей				
Самостоятельная игра	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Познавательно – исследовательская деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

**Расписание образовательной деятельности (ОД) в МКДОУ № 19
на 2022-2023 учебный год**

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Группа младше-ясельного возраста	1.Художественно-эстетическое развитие (музыка) 1.подгруппа 8.45-8.55 2.подгруппа 9.00-9.10 2.Игры с дидактическим материалом (вечер) 1.подгруппа 15.40-15.50 2.подгруппа 16.00-16.10	1.Расширение ориентировки в окружающем и развитие речи 1.подгруппа 8.45-8.55 2.подгруппа 9.00-9.10 2.Развитие движений (вечер) 1.подгруппа 15.40-15.50 2.подгруппа 16.00-16.10	1.Расширение ориентировки в окружающем и развитие речи 1.подгруппа 8.45-8.55 2.подгруппа 9.00-9.10 2. Игры со строительным материалом (вечер) 1.подгруппа 15.40-15.50 2.подгруппа 16.00-16.10	1.Художественно-эстетическое развитие (музыка) 1.подгруппа 8.45-8.55 2.подгруппа 9.00-9.10 2. Игры с дидактическим материалом (вечер) 1.подгруппа 15.40-15.50 2.подгруппа 16.00-16.10	1.Расширение ориентировки в окружающем и развитие речи 1.подгруппа 8.45-8.55 2.подгруппа 9.00-9.10 2.Развитие движений (вечер) 1.подгруппа 15.40-15.50 2.подгруппа 16.00-16.10
Младше-средняя группа	1.Ознакомление с окружающим миром - 9.10-9.25/9.30 2. Художественное творчество (аппликация/лепка) 9.40-9.55/10.00 3.Физическое развитие- 10.50 – 11.05/11.10 (на улице)	1. Познание ФЭМП 9.10-9.25/9.30 2.Художественно-эстетическое развитие(музыка) 9.40-9.55/10.00	1. Физическое развитие 9.10-9.25/9.30 2. Речевое развитие - 9.40-9.55/10.00	1.Физическое развитие 9.10-9.25/9.30 2. Конструирование 9.40-9.55/10.00	1. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 9.10-9.25/9.30 2. Художественно-эстетическое развитие (музыка) 9.40-9.55/10.00
Старшая группа	1.Ознакомление с окружающим миром 9.00-9.25 2.Развитие речи(логопедич.) 9.35-10.00 3.Художественно-эстетическое развитие (музыка) 16.00-16.25	1 . Познание. ФЭМП. 9.00-9.25 2. Художественно-эстетическое развитие (лепка/аппликация) 9.35.-10.00 3.Физкультурное развитие (на улице)	1. Речевое развитие 9.00-9.25 2. Физическое развитие 9.35-10.00 3. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 16.00-16.25	1. Конструирование 9.00-9.25 2.Развитие речи(логопедич.) 9.35-10.00 3.Художественно-эстетическое развитие (музыка) 16.00-16.25	1. Речевое развитие 9.00-9.25 2. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 9.35.-10.00 3. Физическое развитие 16.00-16.25

Подготовительная группа	1. Познавательное развитие (формирование целостной картины мира и расширение кругозора). 9.00-9.30 2. Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 9.40-10.10 3. Художественно-эстетическое развитие (музыка) 10.45-11.15	1.Познавательное развитие ФЭМП. 9.00-9.30 2.Конструирование. Робототехника 9.40-10.10 3.Физическое развитие. 10.45 -11.15	1.Развитие речи. Обучение грамоте. 9.00-9.30 2.Художественно-эстетическое развитие (Рисование) 9.40-10.10 3.Физическое развитие 10.45- 11.15	1.Познавательное развитие ФЭМП. 9.00-9.30. 2. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация) 9.40-10.10 3. Художественно-эстетическое развитие (музыка) 10.45- 11.15	1.Речевое развитие 9.00-9.30 2. Физическое развитие (на улице)
---	--	---	--	--	--

Режим дня группы младше-ясельного возраста на холодный период года

Режимные моменты	Группа младше-ясельного возраста
Приход детей в детский сад, осмотр- «утренний фильтр». Термометрия. Игровая и самостоятельная деятельность	7.30-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20- 8.45
Организованная образовательная деятельность,(по подгруппам) занятия со специалистами, игры, самостоятельная деятельность	8.45-8.55-1 подгруппа 9.00-9.10-2 подгруппа
Второй завтрак	9.20-9.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.00
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.00-11.30
Обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъем, термометрия, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.40
Организованная детская деятельность	15.40-16.00 - 1 подгруппа 16.00-16.10 - 2 подгруппа
Игры, самостоятельная деятельность	16.10-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-18.00

Режим дня группы дошкольного возраста на холодный период года

Режимные моменты	Младше-средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, Осмотр- «утренний фильтр». Термометрия. игровая и самостоятельная деятельность , дежурство , утренняя гимнастика	7.30-8.10	7.30-8.20	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10- 8.50	8.20- 8.45	8.30- 8.50
Подготовка к занятиям	8.40-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами, игры, самостоятельная деятельность	9.10- 9.25 /9.30 9.40-9.55 /10.00	9.10-9.25 9.35-10.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.45-11.15
Перерыв между НОД	10 минут	10 минут	10 минут
Второй завтрак	10.00-10.10	10.30-10.40	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-11.50	10.40-12.15	11.15-12.25

Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность	11.50-12.10	12.15-12.30	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40	12.30-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10	13.00-15.10	13.00-15.10
Постепенный подъем, термометрия, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.45	15.30-15.45
Организованная детская деятельность		16.00-16.25	
Игры, самостоятельная деятельность, коррекционная работа, занятия со специалистами	15.50-16.50	15.45-16.00 16.25-16.40	15.45-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.50-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00

РЕЖИМ ДНЯ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
для младшего-ясельного возраста

Режимные моменты	время
Утренний прием на свежем воздухе. Игры на улице	7.30 – 8.00
Гимнастика на улице	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.10 – 8.40
Гигиенические процедуры после завтрака	8.40 – 8.55
Подготовка к прогулке	8.55 – 9.10
Прогулка (познавательно – игровая деятельность, самостоятельная деятельность, подвижные игры, труд, закаливающие процедуры)	9.10 – 11.10
Подготовка к обеду (водные гигиенические процедуры)	11.10 – 11.25
Обед	11.25 – 11.55
Гигиенические процедуры.	11.55 – 12.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.00 – 15.10
Постепенный подъем (гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры)	15.10 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.50
Познавательно – игровая деятельность. Художественная деятельность. Уход домой	15.50 – 18.00

РЕЖИМ ДНЯ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
для среднего возраста

Режимные моменты	время
Утренний прием на свежем воздухе. Игры на улице	7.30 – 8.15
Гимнастика на улице	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25 – 8.55
Гигиенические процедуры после завтрака	8.55 – 9.05
Подготовка к прогулке	9.05 – 9.15
Прогулка (познавательно – игровая деятельность, самостоятельная деятельность, подвижные игры, труд, закаливающие процедуры)	9.15 – 11.50
Подготовка к обеду (водные гигиенические процедуры)	11.50 – 12.00
Обед	12.00 – 12.30
Гигиенические процедуры.	12.30 – 12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.35 – 15.10
Постепенный подъем (гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры)	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Познавательно – игровая деятельность. Художественная деятельность. Уход домой	16.00 – 18.00

РЕЖИМ ДНЯ НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
для старшего возраста

Режимные моменты	время
Утренний прием на свежем воздухе. Игры на улице	7.30 – 8.20
Гимнастика на улице	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30 – 9.00
Гигиенические процедуры после завтрака	9.00 – 9.10
Подготовка к прогулке	9.10 – 9.20
Прогулка (познавательно – игровая деятельность, самостоятельная деятельность, подвижные игры, труд, закаливающие процедуры)	9.20 – 12.10
Подготовка к обеду (водные гигиенические процедуры)	12.10 – 12.20
Обед	12.20 – 12.50
Гигиенические процедуры.	12.50 – 12.55
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.55 – 15.10
Постепенный подъем (гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры)	15.10 – 15.40
Полдник	15.40 – 16.10
Познавательно – игровая деятельность. Художественная деятельность. Уход домой	16.10 – 18.00

ПРИМЕЧАНИЕ: В летний период:

- 1) НОД проводится на улице (участок ДОО);
- 2) Количество НОД сокращается во всех возрастных группах.
- 3) Время прогулки и сна увеличивается

Щадящий режим

- Назначается детям со II, III, IV группой здоровья, детям, перенесшим заболевания (для снижения физической и интеллектуальной нагрузки);
- Назначается медицинским работником в ДООУ (врач, медсестра); после перенесенных заболеваний по рекомендации педиатра на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка и его диагноза;
- Выполняется персоналом, работающим с ребенком.

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения
Приход в детский сад	По возможности до 8.30
Утренняя гимнастика	Снижение/исключение нагрузки по бегу и прыжкам
Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: ✓ Умывание; ✓ Воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Умывание теплой водой, тщательное вытирание рук и лица Снимается пижама, надевается сухая футболка/майка
Питание: Завтрак, 2 завтрак, обед, полдник	Первыми сажают за стол, докармливают.
Сбор и выход на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одевание в последнюю очередь, выход на прогулку последними
Прогулка	Умеренная двигательная деятельность
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого!) Влажная одежда меняется на сухую.
Физкультурное занятие	Снижение/исключение нагрузки по бегу и прыжкам
НОД, требующая статического или интеллектуального напряжения	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине образовательной деятельности
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания (не раньше 15.00)
Совместная деятельность педагога с детьми	Учет настроения ребенка, его желания
Самостоятельная деятельность	Выбор места для игровой деятельности, удаленной от окон и дверей
Уход домой	По возможности до 17.30

