

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ
«УНДС ОВ № 36 «Березка»
Н.А. Ткаченко
« 17 » _____ 2020 год



Расписание занятий на период дистанционного обучения

Объем учебной нагрузки в течение недели, продолжительность образовательной деятельности определены в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Группы	Продолжительность НОД
Вторая группа раннего возраста группа	8-10 мин
Младшая группа	15 мин
Средняя группа	20 мин
Старшая группа	25 мин
Подготовительная группа	30 мин

Рекомендуемая сетка занятий на период дистанционного обучения

Дни недели	Возрастные группы		
	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Понедельник	<p>1.Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 – 9.50</p> <p>2. Речевое развитие (Приобщение к худ.лит-ре) 10.00 – 10.20</p> <p>3. ДВС 11.00-11.30</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>4. Ритмика 15.45 – 16.05</p>	<p>1. Худ.-эстетич. развитие (Музыка) 9.30 -9.55</p> <p>2.Познавательное развитие (ФЦКМ) 10.05 – 10.30</p> <p>3.Физическое развитие (Физ-ра) 10.30 – 11.00</p>	<p>1. Речевое развитие (Развитие речи) 9.30 – 10.00</p> <p>2. Худ.-эстетическое развитие (Музыка) 10.10 -10.40</p> <p>3. Познавательное развитие (ФЦКМ) 10.50 – 11.20</p>
Вторник	<p>1. Худ.–эстетическое развитие (Музыка) 9.30 – 9.50</p> <p>2.Худ.-эстетич.развитие (Лепка/Аппликация) 10.00 – 10.20</p>	<p>1. Речевое развитие (Развитие речи) 9.30 - 9.55</p> <p>2. Худ.-эстетич. развитие (Лепка/аппликация) 10.05 – 10.30</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>4. Ритмика 16.20 -16.45</p>	<p>1.Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 -10.00</p> <p>2.Познавательное развитие (ФЭМП) 10.10 -10.40</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>4. Ритмика 15.45 -16.15</p>
Среда	<p>1.Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 - 9.50</p> <p>2. Речевое развитие (Развитие речи) 10.00 -10.20</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>3. Ритмика 15.45 – 16.05</p>	<p>1.Познавательное развитие (ФЭМП) 9.30 – 9.55</p> <p>2.Физическое развитие (Физ-ра) 10.15 – 10.45</p>	<p>1. Худ. –эстетическое развитие (Рисование) 9.30 -10.00</p> <p>2. Худ.-эстетическое развитие (Музыка) 10.10 -10.40</p> <p>3. Познавательное развитие (Познават.-исследоват. деят-ть.) 10.50 -11.20</p>

<p style="text-align: center;">Четверг</p>	<p>1. Познавательное развитие (ФЭМП) 9.30 - 9.50</p> <p>2. Физическое развитие (Физ-ра) 10.10 – 10.30</p> <p>3. Худ - эстетическое развитие (Рисование) 10.40 -11.00</p>	<p>1.Речевое развитие (Приобщение к худ. лит-ре) 9.30 - 9.55</p> <p>2. Худ.-эстетич. развитие (Музыка) 10.00 -10.25</p> <p>3.Познавательное развитие (Познават.-исследоват. деят-ть.) 10.35 – 11.00</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>5. Ритмика 16.20 -16.45</p>	<p>1.Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 -10.00</p> <p>2.Познавательное развитие (ФЭМП) 10.10 -10.40</p> <p>3. Худ. – эстетич. развитие (Лепка/аппликация) 10.50 – 11.20</p> <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> <p>5. Ритмика 16.20 -16.45</p>
<p style="text-align: center;">Пятница</p>	<p>1. Познавательное развитие (Познават.-исследоват. деят-ть.) 9.30 - 9.50</p> <p>2. Худ. - эстетич. (Музыка) 10.10 - 10.30</p>	<p>1. Худ.-эстетическое развитие (Рисование) 9.30 - 9.55</p> <p>2. Физическое развитие (Физ-ра) 10.10 – 10.35</p>	<p>1. Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 -10.00</p> <p>2. Худ.-эстетическое развитие (Рисование) 10.10 -10.40</p> <p>3. Речевое развитие (Приобщение к худ.лит- ре) 10.50 -11.20</p>

Дни недели	Возрастные группы	
	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа
Понедельник	1. Речевое развитие (Восприятие худ.лит-ры и фольклора) 9.30 – 9.40 2. Познавательное развитие (ФЭМП) 10.00 -10.10	1.Познавательное развитие (Озн.с миром природы) 9.30 – 9.45 2.Физическое развитие (Физ-ра) 10.00 - 10.15 <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> 3.Ритмика 16.10-16.25
Вторник	1. Худ.- эстетическое развитие (Лепка/Конструирование) 9.30 -9.40 2. Худ. – эстетическое развитие (Музыка) 10.10 – 10.20	1. Познавательное развитие (ФЭМП) 09.30 – 9.45 2.Физическое развитие (Физ-ра) 10.10 -10.25
Среда	1. Познавательное развитие (Озн.с миром природы) 9.30 – 9.40 2. Физическое развитие (Физ-ра) 10.00 – 10.10	1.Худ.-эстетич. развитие (Музыка) 09.30 – 9.45 2.Худ.- эстетич. развитие (Лепка/Аппликация) 10.00 – 10.15 <p style="text-align: center;">Вторая половина дня</p> 3. Ритмика 16.10 – 16.25
Четверг	1. Худ. –эстетическое развитие (Музыка) 9.30 – 9.40 2. Худ.- эстетическое развитие (Рисование/Конструирование) 10.00 - 10.10	1.Речевое развитие (Приобщение к худ.лит-ре) 9.30 -9.45
Пятница	1. Речевое развитие (Восприятие худ. лит-ры и фольклора) 9.30 – 9.40 2. Физическое развитие (Физ-ра) 9.30 -9.40	1. Худ. – эстетич. развитие (Музыка) 09.45 – 10.00 2. Худ - эстетическое развитие (Рисование) 10.10 – 10.25

10 правил дистанционного обучения

- 1. Спокойствие. У спокойных родителей - спокойные дети** – это правда, и это работает. Успокойтесь и постарайтесь передать спокойный эмоциональный фон ребенку, это снизит его тревожность. Ведь он тоже волнуется!
- 2. Рабочее место.** Отдельная комната или рабочий уголок, не столь важно. Главное, чтобы вокруг был порядок, - это настраивает на рабочий лад. Техническая сторона вопроса, чтобы компьютер (планшет, телефон) был в рабочем состоянии, а интернет не подвел в ответственный момент
- 3. Зарегистрируйтесь и ознакомьтесь с образовательной платформой,** которую выбрала ваш сад, заранее вместе с ребенком. Это исключит эффект неожиданности.
- 4. Расписание занятий.** Старайтесь придерживаться примерно такого же распорядка дня, как и во время посещения детского сада. Не забудьте о перерывах: 10 минут между занятиями, если их 2.
- 5. Рабочая обстановка.** Проконтролируйте, чтобы во время занятий ребенка ничего не отвлекало. Отключите уведомления и удалите животных из комнаты. Редко кто из детей удержится от соблазна потискать питомца.
- 6. Подберите одежду для занятий,** нельзя позволять ребенку заниматься в пижаме или домашней одежде, это не создаст рабочую атмосферу.
- 7. Режим дня.** Сон помогает справиться со стрессом, не забывайте об этом. Разбудите ребенка как минимум за час до начала занятий. Он должен успеть умыться и позавтракать, а также подготовиться к уроку.
- 8. Записывайте успехи ребенка!** Это помогает мотивировать. Можно каждое небольшое достижение записывать на цветные листочки и прикалывать к пробковой доске. Наглядно видно, как ребенок поработал.
- 9. Физическая нагрузка и гигиена.** В течение дня у ребенка обязательно должна присутствовать физическая нагрузка. Делайте зарядку, гимнастику. Не забывайте регулярно проветривать помещение. Глаза также должны отдыхать от яркого монитора компьютера. Полезно выполнять гимнастику для глаз, в интернете много вариантов.
- 10. Обратная связь.** Будьте на связи с педагогом, задавайте вопросы, если вам что-то непонятно. И не переживайте, для педагогов – это тоже новый опыт. Они волнуются не меньше вас.

Всем успехов!!!