

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ Д/С 7
Е.А.Куличенко
31.08.22г.

РЕЖИМ ДНЯ ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

Адаптационный режим

- ✓ Тщательный подбор педагогов в формируемую группу
- ✓ Постепенное заполнение групп (прием 3-5 малышей в неделю)
- ✓ Неполное пребывание ребенка в начальный период адаптации (2-3 часа, возможность пребывания с мамой)
- ✓ Гибкий режим пребывания ребенка в детском саду (свободное время прихода).
- ✓ Сохранение впервые 2-3 недели имеющихся у малыша привычек
- ✓ Ежедневный контроль за состоянием здоровья, эмоциональным состоянием, аппетитом, сном ребенка в первый месяц (с этой целью на каждого ребенка заполняется так называемый «адаптационный лист»)

Использование гибкого режима в организации адаптационного периода

Утро 7.00-9.00	Утренний приём
	Утренняя гимнастика
	Игры с элементами фольклора
	Развивающие игры
	Формирование культурно-гигиенических навыков (приём пищи, одевание, гигиенические процедуры)
	Завтрак
	Игры- знакомства
	Игровые ситуации, общение
	Подготовка к прогулке
	Игры с элементами фольклора
Прогулка 9.00-11.20	Игры: д/и, п/и, развивающие
	Игры с песком
	Наблюдения, беседы
	Опыты и эксперименты
	Формирование культурно-гигиенических навыков (одевание, раздевание, прием пищи, гигиенические процедуры)
	Гимнастика-пробуждение
После сна 15.00-17.00	Чтение художественной литературы
	Уплотненный полдник
	Художественно-творческая деятельность
	Игры-драматизации, игры-инсценировки
Вечер прогулка 17.00-19.00	Игры: подвижные, развивающие.
	Наблюдения, беседы
	Уход домой

Режим питания детей второй группы раннего возраста (2-3 года)
(теплый период с 01 июня по 31 августа)

(СанПин 1.2.3685-21 п.183)

Режимные моменты	вторая группа раннего возраста
Прием. Свободная деятельность детей. Утренняя гимнастика. Утренний круг.	7.00-8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.1-8.45
Подготовка к прогулке, выход на прогулку, игры, физкультурно-оздоровительные солнечные и воздушные процедуры на свежем воздухе, свободная деятельность.	8.45-11.30
Второй завтрак	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, игры. Привитие КГН.	11.30 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 –12.30
Подготовка ко сну дневной сон. Постепенный подъем, профилактические физкультурно- оздоровительные процедуры	12.30-15.10
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнений полдник.	15.10-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, труд, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа. Вечерний круг, уход детей домой.	15.50-19.00

Режим
питания по МБДОУ 7 на теплый период
2022-2023 учебный год

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	ГРУППЫ	ВРЕМЯ ВЫДАЧИ	ВРЕМЯ КОРМЛЕНИЯ ДЕТЕЙ
ЗАВТРАК	Вторая группа раннего возраста 02	8.10	8.15
	Вторая группа раннего возраста 03	8.10	8.15
	Средняя 04	8.20	8.25
	Старшая 01	8.25	8.30
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Вторая группа раннего возраста 02	9.50	10.00
	Вторая группа раннего возраста 03	8.10	8.15
	Средняя 04	10.25	10.30
	Старшая 01	10.25	10.30
ОБЕД	Вторая группа раннего возраста 02	11.20	11.30
	Вторая группа раннего возраста 03	8.10	8.15
	Средняя 04	12.00	12.20
	Старшая 01	12.10	12.30
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Вторая группа раннего возраста 02	15.10	15.20
	Вторая группа раннего возраста 03	8.10	8.15
	Средняя 04	15.25	15.35
	Старшая 01	15.30	15.40

РЕЖИМ ДНЯ
(теплый период с 01 июня по 31 августа
(СанПин 1.2.3685-21 п.183)

Режимные моменты	2 группа раннего возраста	средняя группа	старшая группа
Прием. Свободная деятельность детей. Утренняя гимнастика. Утренний круг.	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.20-8.50	8.25-8.50	8.30-8.50
Подготовка к прогулке, выход на прогулку, игры, физкультурно-оздоровительные солнечные и воздушные процедуры на свежем воздухе, свободная деятельность.	8.50-11.40	8.50-12.00	8.50-12.00
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Возвращение с прогулки, игры. Привитие КГН.	11.40 -12.10	12.00 –12.20	12.20-12:30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12.10 –12.40	12.20 –12.50	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	12.40-15.20	12.50-15.25	13.00-15.30
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнений полдник.	15.20-16.00	15.25-16.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, труд, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа. Вечерний круг, уход детей домой.	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ Д/С 7
Е.А.Куличенко
31.08.2022г.

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий(в мин.)				
		2-3года	3-4 года	4-5лет	5-6лет	6-7лет
Физкультурные занятия	В помещении	2раза в неделю 10	2раза в неделю 15	2раза в неделю 20	2раза в неделю 25	2раза в неделю 30
	На улице	1раз в неделю 10	1раз в неделю 15	1раз в неделю 20	1раз в неделю 25	1раз в неделю 30
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика(п о желанию детей)	Ежедневно 3-5	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	П/И и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 10-15	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2раза (утром и вечером) 30-40
	Физкультминутки	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно	3-5 ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг	1раз в месяц 15	1раз в месяц 20	1раз в месяц 20	1раз в месяц 30-40	1раз в месяц 40
	Физкультурный праздник	-	-	2раза в год до 45	2раза в год до 60	2раза в год до 60
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физ-го и спортивно – игрового оборудования	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)	Ежедневно (под руководством педагога)

