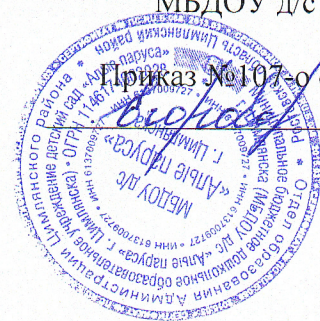




Режим пребывания детей
в Муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении
детском саду «Алые паруса» г. Цимлянска

**Адаптационный режим-график
для детей, впервые поступивших в детский сад**

Дни посещения	Общая длительность дневного пребывания	Участие в играх	Участие в прогулке	Питание	Непрерывная образовательная деятельность	Дневной сон
1-я неделя						
День 1-й	1-2 часа	да	да	нет	нет	нет
День 2-й	2 часа	да	да	нет	нет	нет
День 3-й	2 часа	да	да	да	нет	нет
День 4-й	2 часа	да	да	да	нет	нет
2-я неделя	3- 5 часов	да	да	да	нет	нет
3-я неделя	5-7 часов	да	да	да	да	да

Адаптационный режим. Длится 2-3 недели.

1. Сокращенное пребывание детей в ДОО в течение 2-3 недель (см. Адаптационный режим-график).
2. Постепенное привыкание: от 1 часа до обеда, затем до вечерней прогулки
3. Создание благоприятного эмоционального климата.

Щадящий режим дня

Вид деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
Приход в ДОО	По возможности с 8.00 до 8. 30	Родители
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатель
Гигиенические процедуры (умывание)	Температура воды 18 – 20 градусов С, тщательное вытирание	Воспитатель, помощник воспитателя
Закаливающие процедуры (воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	Снимается пижама, надевается сухая футболка	Воспитатель
Питание (завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник)	Первыми садятся за стол	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы и выход на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одеваются в последнюю очередь, выходят последними	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки (утренней)	Возвращение первыми под присмотром взрослого	Помощник воспитателя
Физическое развитие	Отмена или снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Инструктор по физ. культуре, воспитатель
Занятие статического, интеллектуального плана	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность	Специалисты ДОО, воспитатель
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроений, желаний ребенка	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон, дверей	Воспитатель
Уход домой	По желанию родителей	Родители

1. Щадящий режим назначается часто болеющим детям, с 3-й и 4-й группой здоровья, детям, перенесшим заболевание, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.

2. Щадящий режим назначается медицинским работником ДОО (врач, ст. м/с).
3. Щадящий режим, после перенесенного заболевания, назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ДОО на определенный срок в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком. Особенности построения щадящего режима.
5. Утренняя гимнастика - преимущественно дыхательные упражнения и потягивания.
6. Физическое развитие - освобождение на 1-2 недели после заболевания, индивидуальные нагрузки для детей диспансерных групп.
7. Музыкальное занятие - с учетом индивидуальных особенностей.
8. Подвижные игры - сокращение времени, после болезни освобождение на 1-2 недели.
9. Воздушные ванны - освобождение после болезни или ограничение во времени.
10. Индивидуальная работа - по всем другим видам значительно увеличивается.

ГИБКИЙ РЕЖИМ

Варианты	Компоненты	Примечания
Период адаптации у детей	Режимные моменты (сон, питание и т.д.) выстраиваются в зависимости от индивидуальных особенностей детей.	
Хорошая погода	Прием детей в весенне-осенний период осуществляется на воздухе.	
Плохая погода	1. Организация прогулки в помещении. Физкультурный и музыкальный залы хорошо проветриваются, в них открываются фрамуги или приоткрываются окна. В определенные для каждой группы часы дети, соответственно одетые, приходят в них поиграть. В это время в групповой проводится сквозное проветривание. 2. Смена помещений.	
Каникулы и дни «Здоровья»	1. В каникулы и дни «Здоровья» увеличивается длительность прогулок. 2. Организуется досуговая деятельность с танцами, играми по сказочному сюжету. Например, "День театра", "Путешествие по сказкам", "Юный художник", "Неделя здоровья" и т. п.	Время проведения каникул определяется на основании изучения утомляемости детей
Летний оздоровительный период	1. Проводятся физкультурные занятия на воздухе. 2. Музыкальные занятия. 3. Увеличение прогулки до 6 часов в день.	
В дни карантин и периоды повышенной заболеваемости	1. Выделяется время для осмотров детей, проведения профилактических мероприятий. 2. Снижаются физическая и интеллектуальная нагрузки. 3. Увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе.	

**Режим дня
группы кратковременного пребывания**

ПОНЕДЕЛЬНИК, СРЕДА, ПЯТНИЦА	
Режимные моменты	Время
Приём и осмотр детей, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	9:00-9:30
Непрерывная образовательная деятельность (10 минут)	9:30-9:40
Игры, совместная деятельность, индивидуальная работа	9:40-9.50 10.00-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, подвижные игры), уход детей домой	11.00-12.00

**Режим дня первой младшей группы
на холодный период года**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:10	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:20-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 10 минут, не более 20 минут в первой половине дня)	09:00-09:10 09:20-09:30	динамическая перемена 10
		минут
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	09:30-09:40	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	09:40-10:00	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:00-10:10	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:10-11:30	1 ч. 20 мин.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11:30-11:45	
Подготовка к обеду, обед	11:45-12:00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00-15:00	3 ч. 00 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15:40	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	15:40-16:20	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:20-18:00	1 ч. 40 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:00-19:00	

**Режим дня первой младшей группы
на холодный период года (при плохой погоде)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей. Самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:10	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:10-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 10 минут, не более 20 минут в первой половине дня)	09:00-09:10 09:20-09:30	динамическая перемена 10 минут
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:00-10:10	
Совместная деятельность педагога с детьми, наблюдение за погодой через окно, экспериментирование, индивидуальная работа, подвижные игры в группе или в зале, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	09:30-10:00 10:10-11:45	
Подготовка к обеду, обед	11:45-12:00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00-15:00	3 ч. 00 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15:40	
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей, подвижные игры в группе или в зале, уход детей домой.	15:40-19:00	

**Режим дня первой младшей группы
на холодный период года (при t ниже (-15) градусов и скорости ветра более 7 м/с)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей. Самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:10	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:10-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 10 минут, не более 20 минут в первой половине дня)	09:00-09:10 09:20-09:30	динамическая перемена 10 минут
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	09:30-10:00	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:00-10:10	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:10-11:10	1 ч. 00 мин. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11:10-11:45	
Подготовка к обеду, обед	11:45-12:00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:00-15:00	3 ч. 00 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15:40	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа	15:40-17:00	
Подготовка к прогулке, прогулка	17:00-18:00	1 ч. 00 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:00-19:00	

**Режим дня первой младшей группы
на тёплый период (июнь-август)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, игры, самостоятельная игровая, двигательная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика на воздухе	8.10-8.20
Возвращение в детский сад, подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-9.00
Совместная деятельность взрослого и детей, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.40
Подготовка ко II завтраку. II завтрак.	9.40-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	10.00-11.40
Развлечения на прогулке (музыкальное или физкультурное)	10.10-10.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.40-12.00
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.	12.30-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.30
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультурные и спортивные упражнения), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.00-19.00

**Режим дня первой младшей группы
на тёплый период (июнь-август) при неблагоприятной погоде**

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.20-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.40
Подготовка ко II завтраку. II завтрак.	9.40-10.00
Совместная деятельность педагога с детьми, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность детей в групповой комнате	10.00-11.40
Развлечения (музыкальное или физкультурное)	10.10-10.20
Гигиенические процедуры.	11.40-12.00
Подготовка к обеду. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.	12.30-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.30
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00
Совместная деятельность педагога с детьми: игры, театрализованная деятельность, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность детей. Уход детей домой.	16.00-19.00

**Режим дня II младшей группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей, познавательная-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:15	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:15-08:45	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:45-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 15 минут, не более 30 минут в первой половине дня)	09:00-09:15 09:25-09:40	динамическая перемена 10 минут
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей (понедельник)	09:40-10:10 09:25-10:10	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:10-10:20	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:20-11:45	1ч.25 мин
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11:45-12:05	
Подготовка к обеду, обед	12:05-12:35	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:35-15:00	2ч.25мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15.40	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (п-к, вт-к, четверг, пят-ца)	15:40-16:15 16.15-16:30	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	16.15-16:30	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30-18:00	1 ч.30 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:00-19:00	

**Режим дня
второй младшей группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (при плохой погоде)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:15	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:15-08:45	
Самостоятельная игровая деятельность детей,	08:45-09:00	
подготовка к непрерывной образовательной деятельности		
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 15 минут, не более 30 минут в первой половине дня)	09:00-09:15 09:25-09:40	динамическая перемена 10 минут
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей (понедельник)	09:40-10:10 09:25-10:10	
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10:10-10:20	
Совместная деятельность педагога с детьми, наблюдение за погодой через окно, экспериментирование, индивидуальная работа, подвижные игры в группе или в зале, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	10:20-12:05	
Подготовка к обеду, обед	12:05-12:35	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:35-15:00	2ч.25мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15.40	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	16:15-16:30	
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей, подвижные игры в группе или в зале, уход детей домой. (пон-к, вт-к, четверг, пят-ца)	15.40-16.15 16:30-19.00 16:15-16:30	

**Режим дня второй младшей группы
на ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (при плохой погоде)
(при t ниже (-15) градусов и скорости ветра более 7 м/с)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей. Самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:15	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:15-08:45	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей (вторник)	08:45-09:00 08:45-09:20	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 15 минут, не более 30 минут в первой половине дня) (вторник)	09:00-09:15 09:25-09:40 09:20-09:35 09:45-10:00	динамическая перемена 10 минут
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей (вторник)	09:40-10:10 10:00-10:10	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:10-10:20	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:20-11:30	1ч.10мин. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11:30-12:05	
Подготовка к обеду, обед	12:05-12:35	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:35-15:00	2ч.25мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:10	
Подготовка к полднику, полдник	15:10-15:40	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	16:15-16:30	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (пон-к, вт-к, четверг, пят-ца)	15:40-16:15 16:30-16:45 16:15-16:30	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:45-18:00	1ч.15 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	18:00-19:00	

**Режим дня второй младшей группы на
тёплый период (июнь-август)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, игры, самостоятельная игровая, двигательная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика на воздухе	8.10-8.25
Возвращение в детский сад, подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-9.00
Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	9.00-9.45
II завтрак	9.45-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	10.00-12.05
Развлечения на прогулке (музыкальное или физкультурное)	11.05-11.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.05-12.20
Подготовка к обеду. Обед.	12.20-12.45
Дневной сон.	12.45-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.30
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультурные и спортивные упражнения), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.00-19.00

**Режим дня второй младшей группы
на тёплый период (июнь-август) при неблагоприятной
погоде**

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.25
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.25-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.45
II завтрак	9.45-10.00
Совместная деятельность педагога с детьми, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность детей в групповой комнате	10.00-12.05
Развлечения (музыкальное или физкультурное)	11.05-11.20
Гигиенические процедуры.	12.05-12.20
Подготовка к обеду. Обед.	12.20-12.45
Дневной сон.	12.45-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.30
Подготовка к полднику. Полдник.	15.30-16.00
Совместная деятельность педагога с детьми: игры, театрализованная деятельность, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность детей. Уход детей домой.	16.00-19.00

**Режим дня
средней группы
на холодный период года**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей. Самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:25	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:25-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 20 минут, не более 40 минут в первой половине дня)	09:00-09:20 09:30-09:50/ 10:00-10:20	динамическая перемена 10 минут/по расписанию муз. и физ. руководителей
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (среда, четверг, пятница) (понедельник)	09:30-09:50/ 10:00-10:20 9:20-9:45 10:05-10:20 9:20-9:55	
(вторник)		
Непрерывная образовательная деятельность (понедельник, вторник: 20 мин)	09:45-10:05 09:55-10:15	
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак (вторник)	10:20-10:30 10:15-10:30	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:30-12:05	1ч. 35 мин.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12:05-12:10	
Подготовка к обеду, обед	12:10-12:30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:30-15:00	2 ч.30 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	
Подготовка к полднику, полдник	15:15-15:40	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (пон-к, вт-к, четверг, пятница)	15:40-16:55 15:40-16:00	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:40-16:00	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:55-18:20	1 ч. 25 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:20-19:00	

**Режим дня
средней группы**

на холодный период года (в плохую погоду)

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:25	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:25-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 20 минут, не более 40 минут в первой половине дня)	09:00-09:20 09:30-09:50/ 10:00-10:20	динамическая перемена 10 минут/по расписанию муз. и физ. руководителей
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (среда, четверг, пятница) (понедельник) (вторник)	09:30-09:50/ 10:00-10:20 9:20-9:45 10:05-10:20 9:20-9:55	
Непрерывная образовательная деятельность (понедельник, вторник: 20 мин)	09:45-10:05 09:55-10:15	
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак (вторник)	10:20-10:30 10:15-10:30	
Совместная деятельность педагога с детьми, наблюдение за погодой через окно, экспериментирование, индивидуальная работа, подвижные игры в группе или в зале, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	10:30-12.10	
Подготовка к обеду, обед	12:10-12:30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:30-15:00	2 ч.30 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	
Подготовка к полднику, полдник	15:15-15:40	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:40-16:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей, подвижные игры в группе или в зале, уход детей домой (пон-к, вт-к, четверг, пятница)	15:40-19:00 15:40-16:00	

**Режим дня средней группы
на холодный период года (при плохой погоде)
(при t ниже (-15) градусов и скорости ветра более 7 м/с)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей. Самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:25	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:25-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 20 минут, не более 40 минут в первой половине дня)	09:00-09:20 09:45-10:05/ 09:55-10:15	динамическая перемена 10 минут/по расписанию муз. и физ. руководителей
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (среда, четверг, пятница) (понедельник, вторник)	09:30-09:50/ 10:00-10:20 9:20-9:45 10:05-10:20 9:20-9:55	
Непрерывная образовательная деятельность (понедельник, вторник: 20 мин)	09:45-10:05 09:55-10:15	
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	10:15-10:30	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная игровая деятельность детей)	10:30-11:40	1 ч. 10 мин. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11:40-12:10	
Подготовка к обеду, обед	12:10-12:30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:30-15:00	2 ч.30 мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	
Подготовка к полднику, полдник	15:15-15:40	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:40-16:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (пон-к, вт-к, четверг, пятница)	15:40-16:55 15:40-16:00	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:55-18:05	1 ч.10 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:05-19:00	

**Режим дня средней группы
НА ТЕПЛЫЙ период (июнь-август)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, игры, самостоятельная игровая, двигательная деятельность	7.00-8.15
Утренняя гимнастика на воздухе	8.15-8.30
Возвращение в детский сад, подготовка к завтраку. Завтрак	8.30-9.00
Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	9.00-9.50
II завтрак	9.50-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	10.05-12.15
Развлечения на прогулке (музыкальное или физкультурное)	11.25-11.40
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.15-12.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-12.50
Дневной сон.	12.50-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.35
Подготовка к полднику. Полдник.	15.35-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультурные и спортивные упражнения), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.00-19.00

**Режим дня средней группы
НА тёплый период (июнь-август)
при неблагоприятной погоде**

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.50
II завтрак	9.50-10.05
Совместная деятельность педагога с детьми, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность детей в групповой комнате	10.05-12.15
Развлечения (музыкальное или физкультурное)	11.25-11.40
Гигиенические процедуры.	12.15-12.30
Подготовка к обеду. Обед.	12.30-12.50
Дневной сон.	12.50-15.10
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры.	15.10-15.35
Подготовка к полднику. Полдник.	15.35-16.00
Совместная деятельность педагога с детьми: игры, театрализованная деятельность, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность детей. Уход детей домой.	16.00-19.00

**Режим дня
старшей группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

Режимные моменты	Время	Примечани
Приём и осмотр детей, самостоятельная игровая деятельность детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:30	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 25 минут, не более 45 минут в первой половине дня)	09:00-09:25 09:35-10:00	динамическ ие перемены
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	10:00-10:15	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:15-10:35	
Непрерывная образовательная деятельность (25 минут, вторник и четверг)	10:35-11:00	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей)	10:35-12:20	1ч.45мин.
(вторник, четверг)	11:00-12:20	1ч.20мин.
Подготовка к обеду, обед	12:20-12:40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:40-15:00	2ч.20мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	
Музыкальный досуг (среда)	15:15-15:40	
Физкультурный досуг (среда)		
Подготовка к полднику, полдник	15:40-16:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (пон-к, вторник, четверг, пятница)	16:00-16:45 15:15-15:40	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:45-18:15	1ч.30мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:15-19:00	

**Режим дня
старшей группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (ПРИ ПЛОХОЙ ПОГОДЕ)**

Режимные моменты	Время	Примечани
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:30	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 25 минут, не более 50 минут в первой половине дня)	09:00-09:25 09:35-10:00	динамическ ие

		минут
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:15-10:35	
Совместная деятельность педагога с детьми, наблюдение за погодой через окно, экспериментирование, индивидуальная работа, подвижные игры в группе или в зале, чтение художественной литературы	10:00-10:15 10:35-12:20	
НОД (физическое развитие-вторник, четверг)	10:35-11:00	
Подготовка к обеду, обед	12:20-12:40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:40-15:00	2ч.20мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:15-15:40	
Подготовка к полднику, полдник	15:40-16:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей, подвижные игры в группе или в зале, уход детей домой (пон-к, вторник, четверг пятница)	16:00-19:00 15:15-15:40	

**Режим дня старшей группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (при t ниже (-15) градусов
и скорости ветра более 7 м/с)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:30	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2 НОД по 25 минут, не более 50 минут в первой половине дня)	09:00-09:25 09:35-10:00	динамическое перемены
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей	10:00-10:35 11:00-11:10	
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.15-10.35	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей)	11:10-12:20	1ч. 10 мин. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки
НОД (физическое развитие-вторник, четверг)	10:35-11:00	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы Подготовка к обеду, обед	12:20-12:40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:40-15:00	2ч.20мин.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:15	

Музыкальный досуг (среда)	15:15-15:40	
Физкультурный досуг (среда)		
Подготовка к полднику, полдник	15:40-16:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа (пон-к, вторник, четверг, пятница)	16:00-16:45 15:15-15:40	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:45-18:00	1ч.15мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:00-19:00	

**Режим дня старшей группы
на теплый период (июнь-август)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, игры, самостоятельная игровая, двигательная деятельность	7.00-8.35
Утренняя гимнастика на воздухе	8.15-8.35
Возвращение в детский сад, подготовка к завтраку. Завтрак	8.35-9.00
Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	9.00-9.55
II завтрак	9.55-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	10.05-12.25
Развлечения на прогулке (музыкальное или физкультурное)	11.45-12.05
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.25-12.35
Подготовка к обеду. Обед.	12.35-12.50
Дневной сон.	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры. Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	15.00-15.45
Подготовка к полднику. Полдник.	15.45-16.05
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультурные и спортивные упражнения), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.05-19.00

**Режим дня старшей группы
на тёплый период (июнь-август) при неблагоприятной погоде**

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность	7.00-8.35
Утренняя гимнастика	8.15-8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.35-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.55
II завтрак	9.55-10.05

Совместная деятельность педагога с детьми, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность детей в групповой комнате	10.05-12.25
Развлечения (музыкальное или физкультурное)	11.45-12.05
Гигиенические процедуры.	12.25-12.35
Подготовка к обеду. Обед.	12.35-12.50
Дневной сон.	12.50-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры. Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	15.00-15.45
Подготовка к полднику. Полдник.	15.45-16.05
Совместная деятельность педагога с детьми: игры, театрализованная деятельность, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность детей. Уход детей домой.	16.05-19.00

**Режим дня
подготовительной группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:35	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:35-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (3 НОД по 30 минут, не более 1 ч.30 минут в первой половине дня) (пятница: совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа)	09:00-09:30 09:40-10:10 10:20-10:50 09:40-10:10	динамические перемены по 10 минут (в пн по 5 минут)
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:50-11:00	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей)	11:00-12:30	1ч.30 мин. (1ч. 00 мин. – вт-к, четверг)
Нод (физическое развитие – вторник, четверг)	12:00-12:30	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12:20-12:30	
Подготовка к обеду, обед	12:30-12:50	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:00	2ч.10мин.
Постепенный подъём, воздушные ванны, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:20	
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15:45	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми (пон-к, вторник, четверг, пятница)	15:45-16:30 16:15-16:30 15:45-16:30	

Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15.45-16.15	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30-18:35	2 ч. 05 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:35-19:00	

**Режим дня
подготовительной группы
НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА (при плохой погоде)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:35	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:35-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2-3 НОД по 30 минут, не более 1 ч.30 минут в первой половине дня) (пятница: совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа)	09:00-09:30 09:40-10:10 10:20-10:50 09:40-10:10	динамические перемены по 10 минут (в пн по 5 мин)
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:50-11:00	
Совместная деятельность педагога с детьми, наблюдение за погодой через окно, экспериментирование, индивидуальная работа, подвижные игры в группе или в зале, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	11:00-12:30	
Нод (физическое развитие – вторник, четверг)	12:00-12:30	
Подготовка к обеду, обед	12:30-12:50	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:00	2ч.10мин.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:20	
Подготовка к полднику, полдник	15:20-15:45	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:45-16:15	
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей, подвижные игры в группе или в зале, уход детей домой (пон-к, вторник, четверг, пятница)	15:45-19:00 16:15-19:00 15:45-19:00	

**Режим дня подготовительной группы
учебный год на ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА
(при t ниже (-15) градусов и скорости ветра более 7 м/с)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём и осмотр детей, самостоятельные игры детей, познавательно-исследовательская деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика	07:00-08:35	
Подготовка к завтраку, завтрак	08:35-08:50	
Подготовка к непрерывной образовательной деятельности, самостоятельная игровая деятельность детей	08:50-09:00	
Непрерывная образовательная деятельность (2-3 НОД по 30	09:00-09:30	динамические

минут, не более 1 ч.30 минут в первой половине дня) (пятница: совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа)	09:40-10:10 10:20-10:50 09:40-10:10	перемены по 10 минут (в пн по 5 мин)
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10:50-11:00	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, подвижные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей)	11:00-12:30	1ч.30мин. (1 ч. 00 мин. – вт-к, четверг)
Нод (физическое развитие – вторник, четверг)	12:00-12:30	
Подготовка к обеду, обед	12:30-12:50	
Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:00	2ч.10мин.
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры, бодрящая гимнастика	15:00-15:20	
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.45	
Музыкальный досуг (среда) Физкультурный досуг (среда)	15:45-16:15	
Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная игровая деятельность детей, индивидуальная работа с детьми	16:15-16:30 15:45-16:30	
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30-18:00	1 ч. 30 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная игровая деятельность детей, уход детей домой	18:20-19:00	

**Режим дня подготовительной группы на
на тёплый период (июнь-август)**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, игры, самостоятельная игровая, двигательная деятельность	7.00-8.20
Утренняя гимнастика на воздухе	8.20-8.32
Возвращение в детский сад, подготовка к завтраку. Завтрак	8.32-9.00
Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	9.00-9.50
II завтрак	9.50-10.05
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, труд, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей	10.05-12.35
Развлечения на прогулке (музыкальное или физкультурное)	12.05-12.35
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.35-12.45
Подготовка к обеду. Обед.	12.45-13.00
Дневной сон.	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры. Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	15.00-15.50
Подготовка к полднику. Полдник.	15.50-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, физкультурные и спортивные упражнения), самостоятельная деятельность детей. Уход детей домой	16.10-19.00

**Режим дня в подготовительной группе
на тёплый период (июнь-август) при неблагоприятной
погоде**

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.32
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.32-9.00
Совместная деятельность педагога с детьми, игры, самостоятельная деятельность.	9.00-9.50
II завтрак	9.50-10.05
Совместная деятельность педагога с детьми, подвижные игры, самостоятельная двигательная деятельность детей в групповой комнате	10.05-12.35
Развлечения (музыкальное или физкультурное)	12.10-12.35
Гигиенические процедуры.	12.35-12.45
Подготовка к обеду. Обед.	12.45-13.00
Дневной сон.	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, гимнастика после сна, водные процедуры. Совместная деятельность взрослого и детей, игры.	15.00-15.50
Подготовка к полднику. Полдник.	15.50-16.10
Совместная деятельность педагога с детьми: игры, театрализованная деятельность, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность детей. Уход детей домой.	16.10-19.00

