

## Примерный режим дня в разных возрастных группах МБДОУ детского сада №27

### Холодный период

| Режимные моменты   | 1 младшая группа                       | 2 младшая группа               | Средняя группа             | Старшая группа             | Подготовит. группа                             |
|--|--|--------------------------------|----------------------------|----------------------------|--|
| Прием и осмотр детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность. | 7.00 – 8.10                            | 7.00 – 8.20                    | 7.00 – 8.20                | 7.00 – 8.30                | 7.00 – 8.30                                    |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.05 – 8.35                            | 8.10 -8.45                     | 8.20-8.50                  | 8.30 – 8.50                | 8.30 – 8.50                                    |
| Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности          | 8.35 – 9.00                            | 8.45 – 9.00                    | 8.50 – 9.00                | 8.50 – 9.00                | 8.50 – 9.00                                    |
| Непосредственно образовательная деятельность                             | 9.00-9.15 9.20-9.35<br><br>По подгруп. | 9.00-9.15<br><br>9.30-9.45     | 9.00-9.20<br><br>9.30-9.50 | 9.00-9.25<br><br>9.35-9.55 | 9.00-9.30<br><br>9.40-10.10<br><br>10.20-10.50 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак  | 9.45-9.50                              | 10.10-10.20                    | 10.10-10.20                | 10.10-10.20                | 10.10-10.20                                    |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка                                    | 9.50-11.20                             | 10.20-12.00                    | 10.20- 12.15               | 10.35-12.35                | 10.50-12.35                                    |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед                   | 11.20 -11.45<br><br>11.45-12.15        | 12.00-12.20<br><br>12.20-12.50 | 12.15-12.30 12.30-13.00    | 12.25-12.45 12.45-13.10    | 12.35-12.45<br><br>12.45-13.10                 |
| Подготовка ко сну, дневной сон   | 12.15-15.00                            | 12.50-15.00                    | 13.00-15.00                | 13.10-15.00                | 13.10-15.00                                    |
| Подъем, воздушные и водные процедуры, игры                               | 15.00-15.15                            | 15.00-15.20                    | 15.00-15.20                | 15.00-15.20                | 15.00-15.20                                    |
| Игры, труд, самостоятельная деятельность детей                           | 15.15-15.40                            | 15.20-15.40                    | 15.20-15.40                | 15.20-15.40                | 15.20-15.40                                    |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник                  | 15.40-16.10                            | 15.40-16.20                    | 15.40-16.20                | 15.40-16.20                | 15.40-16.20                                    |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой                  | 16.10-18.30                            | 16.20-18.30                    | 16.20-18.30                | 16.20-18.30                | 16.20-18.30                                    |

**Режим дня на неблагоприятные погодные условия (дождливая погода, сильный ветер, сильный мороз)**

| <b>Режимные моменты</b>  | <b>1 младшая группа</b> | <b>2 младшая группа</b> | <b>Средняя группа</b>   | <b>Старшая группа</b> | <b>Подготовит. группа</b> |
|--|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------|
| Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная) | 7.00 – 8.10             | 7.00 – 8.20             | 7.00 – 8.20             | 7.00 – 8.20           | 7.00 – 8.30               |
| Утренняя гимнастика  | 8.00 – 8.05             | 8.00 – 8.10             | 8.10 – 8.20             | 8.20 – 8.30           | 8.30 – 8.40               |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.05 – 8.35             | 8.10 – 8.45             | 8.20 – 8.50             | 8.30 – 8.55           | 8.30 – 8.55               |
| Игры, самостоятельная деятельность   | 8.35 – 9.00             | 8.45 – 9.10             | 8.50 – 9.10             | 8.55 – 9.10           | 8.55 – 9.15               |
| Организованная образовательная деятельность  | 9.00-9.40               | 9.10-10.10              | 9.10-9.30<br>9.40-10.00 | 9.05 - 10.35          | 9.15-10.50                |
| 2-ой завтрак   | 9.45-9.50               | 10.10-10.20             | 10.00-10.10             | 10.00-10.10           | 10.10-10.20               |
| Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность с воспитателем                     | 9.50-11.45              | 10.10-12.20             | 10.10-12.30             | 10.35-12.45           | 10.50-12.45               |
| Подготовка к обеду, обед   | 11.45 – 12.15           | 12.20 – 12.50           | 12.30 – 13.00           | 12.45 – 13.10         | 12.45 – 13.15             |
| Подготовка ко сну, дневной сон   | 12.15 – 15.00           | 12.50 – 15.00           | 13.00 – 15.00           | 13.10 – 15.00         | 13.15– 15.00              |
| Подъем, оздоровительные мероприятия  | 15.00 – 15.15           | 15.00 – 15.20           | 15.00 – 15.25           | 15.00 – 15.20         | 15.00 – 15.20             |
| Чтение художественной литературы, досуговая деятельность                                       | 15.15 – 15.40           | 15.20 – 15.40           | 15.25 – 15.50           | 15.20 – 15.40         | 15.20 – 15.40             |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник  | 15.40 – 16.10           | 15.40 – 16.20           | 15.50 – 16.20           | 15.40 – 16.20         | 15.40 – 16.20             |
| Совместная с педагогом деятельность, самостоятельная деятельность, игры                        | 16.10 – 18.20           | 16.20 – 18.20           | 16.20 – 18.20           | 16.20 – 18.20         | 16.20 – 18.20             |
| Индивидуальная работа, игры, уход домой  | 18.20 - 19.00           | 18.20 - 19.00           | 18.20 - 19.00           | 18.20 - 19.00         | 18.20 - 19.00             |

### Теплый период

| <b>Режимные моменты</b>  | <b>1 младшая группа</b> | <b>2 младшая группа</b> | <b>Средняя группа</b> | <b>Старшая группа</b> | <b>Подготовительная группа</b> |
|--|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------------------|
| Прием, осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа  | 7.00-8.00               | 7.00-8.10               | 7.00-8.00             | 7.00-8.10             | 7.00-8.10                      |
| Утренняя гимнастика  | 8.00 – 8.05             | 8.00 – 8.10             | 8.10 – 8.20           | 8.20 – 8.30           | 8.30 – 8.40                    |
| Возвращение с улицы  | 8.05 - 8.15             | 8.10 - 8.20             | 8.10 - 8.20           | 8.30 - 8.40           | 8.40 - 8.45                    |
| Подготовка к завтраку, завтрак   | 8.15 - 8.45             | 8.20 - 8.50             | 8.20 - 8.45           | 8.40 – 9.00           | 8.45 – 9.10                    |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку   | 8.45-9.10               | 8.50-9.15               | 8.45 - 9.05           | 9.00 - 9.15           | 9.10 - 9.20                    |
| Совместная деятельность, досуги  | 9.10-9.50               | 9.15-10.10              | 9.05-9.50             | 9.15-10.00            | 9.20 -10.00                    |
| Возвращение с прогулки   | 9.50-10.00              | 10.10-10.20             | 10.00-10.10           | 10.00-10.10           | 10.00-10.10                    |
| Подготовка к завтраку, второй завтрак  | 10.00-10.10             | 10.20-10.30             | 10.10-10.20           | 10.10-10.20           | 10.10-10.20                    |
| Подготовка к прогулке, выход на прогулку   | 10.10 -11.45            | 10.30 -12.00            | 10.20-10.30           | 10.20-10.30           | 10.20-10.30                    |
| Прогулка. Наблюдения, игры, самостоятельная деятельность   | 11.45-12.10             | 12.00-12.20             | 10.30 -12.10          | 10.30-12.30           | 10.30-12.30                    |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры, игровая, самостоятельная деятельность  | 12.10-12.30             | 12.20-12.50             | 12.10-12.30           | 12.30-12.45           | 12.30-12.45                    |
| Подготовка к обеду, обед   | 12.30-15.00             | 12.50-13.00             | 12.30-13.00           | 12.45-13.15           | 12.45-13.15                    |
| Подготовка ко сну, дневной сон   | 15.00-15.20             | 13.00-15.00             | 13.00-15.00           | 13.15-15.00           | 13.15-15.00                    |
| Подъем, бодрящая гимнастика  | 15.20-15.35             | 15.00-15.20             | 15.00-15.20           | 15.00-15.25           | 15.00-15.25                    |
| Индивидуальная работа, игры  | 15.35-15.50             | 15.20-15.50             | 15.20-15.50           | 15.25-15.40           | 15.25-15.40                    |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник  | 15.50-16.00             | 15.50-16.00             | 15.50-16.00           | 15.40-16.00           | 15.40-16.00                    |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, художественно-продуктивная деятельность, развлечения, наблюдения, индивидуальная работа) | 16.00-18.30             | 16.00-18.30             | 16.00-18.30           | 16.00-18.30           | 16.00-18.30                    |
| Возвращение с прогулки. Индивидуальная работа, игры.   | 18.30-19.00             | 18.30-19.00             | 18.30-19.00           | 18.30-19.00           | 18.30-19.00                    |
| Уход домой   |                         |                         |                       |                       |                                |

## ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

1. Щадящий режим назначается детям с III и IV группой здоровья, детям, перенесшим заболевания для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинскими работниками: врачом, старшей медицинской сестрой по рекомендации участкового педиатра, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
3. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

| <b>Вид деятельности в режиме дня</b>   | <b>Ограничения</b>   | <b>Ответственный</b>  |
|--|--|---|
| Приход в детский сад   | По возможности с 8.00 до 8.10.<br><br>Удлиненный сон.  | Родители  |
| Утренняя или адаптационная гимнастика  | Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%.  | Воспитатели, инструктор по физической культуре              |
| Гигиенические процедуры<br>(умывание, полоскание рта после еды)                                | Температура воды 20-22 градуса, тщательное вытирание рук и лица.                                       | Воспитатель, помощник воспитателя                           |
| Питание: завтрак, II завтрак, обед, полдник  | Докармливание (ранний возраст и младший дошкольный возраст). Первым садится за стол.                   | Воспитатель, помощник воспитателя                           |
| Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю)   | Одевается в последнюю очередь, выходит на прогулку последним.  | Воспитатель, помощник воспитателя                           |
| Прогулка   | Вовлечение в умеренную двигательную активность.  | Воспитатель   |
| Возвращение с прогулки   | Возвращается первым под присмотром взрослого.  | Воспитатель, помощник воспитателя                           |
| Непрерывная непосредственно образовательная музыкальная и физкультурная деятельность           | Отмена или снижение нагрузки по бегу, подскокам и прыжкам на 50%.                                      | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель |
| Непрерывная непосредственно образовательная деятельность статического, интеллектуального плана | Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня.                             | Воспитатель   |
| Дневной сон  | Укладывается первым, подъем по мере просыпания.  | Воспитатель, помощник воспитателя                           |
| Гигиенические и закаливающие процедуры   | Снимается пижама, надевается сухая футболка (майка).<br><br>Отмена водных закаливающих процедур на две | Воспитатель, помощник воспитателя                           |

|  |   |             |
|--|---|-------------|
|  | недели или на месяц. Начинаем закаливающие процедуры с 36 (дошкольный возраст). |             |
| Совместная деятельность педагога с воспитанником | Учет настроения, желания, физического состояния.                                | Воспитатель |
| Самостоятельная деятельность                     | Предлагать места, удаленные от окон и дверей.                                   | Воспитатель |
| Уход домой                                       |   | Родители    |