


**РЕЖИМ ДНЯ ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ)**  
**для детей подготовительной группы**  
**группа № 10 «Зайчата»**

Принят  
 Педагогическим советом  
 Образовательного учреждения  
 (протокол от 31.08.2018 протокол №3 /2018)

Согласован  
 Врач  Н.В. Деткова



Утвержден  
 Заведующий  
 ГБДОУ детский №16  
 Е.С. Микушева  
 Приказ от 03.09.2018 № 101

Режим разработан для детей на период адаптации к детскому саду (1-я подгруппа)  
 и детей, пришедших после болезни (2-я подгруппа)

Содержание работы с детьми	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ДОМА Подъем. Утренний туалет.	06.30-07.30	06.30-07.30	06.30-07.30	06.30-07.30	06.30-07.30
Прием детей, осмотр, игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми	07.00-08.30	07.00-08.30	07.00-08.30	07.00-08.30	07.00-08.30
Утренняя гимнастика	08.05-08.15	08.05-08.15	08.05-08.15	08.05-8.15	08.05-08.15
Подготовка к завтраку. Завтрак (неторопливое, без принуждения кормление)	08.15-09.00	08.15-09.00	08.15-09.00	08.15-09.00	08.15-09.00
Самостоятельная и совместная деятельность, общение	10.20-10.40		10.20-10.40		10.20-10.40
Непосредственная образовательная деятельность. Уменьшение длительности на 5 минут, ограничение умственной и физической нагрузки на 50%.	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.30
	09.40-10.05	09.40-10.05	09.40-10.05	09.40-10.05	09.40-10.05
	11.50-12.20	12.00-12.30	15.15-15.45	12.00-12.30	10.20-10.50
2-й завтрак	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка. 1-я подгруппа 2-я подгруппа (ослабленные дети)	10.40-12.25 10.45-12.20	10.20-12.00 10.25-11.55	10.40-12.25 10.45-12.20	10.20-12.00 10.25-11.55	10.40-12.25 10.45-12.20
Подготовка к обеду. Обед	12.25-12.55	12.30-12.55	12.25-12.55	12.30-12.55	12.25-12.55
Подготовка ко сну, сон (продленный)	12.55-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00
Подъем детей после сна. Бодрящая гимнастика, тренажерный путь	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.45	15.15-15.45	15.45-16.15	15.15-15.45	15.15-15.45
Коррекционный час	16.20-16.50	16.20-16.50	16.20-16.50	16.20-16.50	16.20-16.50
Совместная, самостоятельная деятельность детей по интересам	16.15-16.50 Досуг: 15.45-16.15	15.45-16.50	16.15-16.50	15.45-16.50	15.45-16.50
Чтение художественной литературы	16.50-17.05	16.50-17.05	16.50-17.05	16.50-17.05	16.50-17.05
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	17.05-19.00	17.05-19.00	17.05-19.00	17.05-19.00	17.05-19.00
	Сокращение времени прогулки для детей 2-й подгруппы				
ДОМА Прогулка. Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Укладывание. Ночной сон	19.00-20.00 20.00-20.45 20.45-06.30	19.00-20.00 20.00-20.45 20.45-06.30	19.00-20.00 20.00-20.45 20.45-06.30	19.00-20.00 20.00-20.45 20.45-06.30	19.00-20.00 20.00-20.45 20.45-06.30