

РЕЖИМ ДНЯ
для детей старшей группы № 12
(на холодный период)

«Нереводы»

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
 Образовательного учреждения
 (протокол от 31.08.2026 №1/2026)

СОГЛАСОВАН

Врач Н.В.Деткова

УТВЕРЖДЕН

Заведующий

Е.С. Микушева

Приказ от 31.08.2026 №131

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

Содержание работы с детьми	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренний прием детей, термометрия, осмотр, вопросы о самочувствии, формирование навыков здоровьесбережения, индивидуальные беседы, игры по выбору воспитанников, самостоятельная деятельность	07.00-08.10	07.00-08.10	07.00-08.10	07.00-08.10	07.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.50
Неторопливое кормление					
Совместная и самостоятельная деятельность: организация различных видов игр и дидактических упражнений, индивидуальная работа, подготовка к занятию.	08.50-09.00 09.25-10.00 11.50-12.15	08.50-09.00 09.25-09.35	08.50-09.00 09.25-10.45	08.50-09.00 09.25-09.35 10.10-10.35	08.50-09.00 09.25-10.00 10.10-10.35
Занятия (Общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты и перерывы между занятиями-не менее 10 минут) Уменьшение длительности на 5 минут, ограничение умственной и физической нагрузки на 50%.(включая перерыв)	09.00-09.25 11.25- 11.50 16.00-16.25	09.00-09.25 09.35-10.00 10.10-10.35	09.00-09.25 10.45-11.10	09.00-09.25 09.35-10.00 16.30-16.55	09.00-09.25 11.50-12.15 16.00-16.25
2-й завтрак	10.00 -10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, включающая пять элементов. Возвращение с прогулки. Прогулка. 1-я подгруппа 2-я подгруппа (ослабленные дети)	10.10-11.25	10.35-12.15	11.10-12.15	10.35-12.15	10.35-12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15- 13.00	12.15- 13.00	12.15- 13.00	12.15-13.00	12.15-13.00
Подготовка ко сну, сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Подъем детей после сна. Бодрящая гимнастика, тренажерный путь.	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.45	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Совместная, самостоятельная деятельность детей по интересам	16.25-16.40	16.00-16.40	16.20-16.30 Досуг 16.30-16.55	16.20-16.30	16.25-16.40
Коррекционный час	16.40-17.00	16.40-17.00	16.00-16.20	16.00-16.20	16.40-17.00
Организация различных видов игр и дидактических упражнений; культурно-досуговая деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа.	17.00-17.15	17.00-17.15	16.55-17.15	16.55-17.15	17.00-17.15
Подготовка к прогулке, прогулка, включающая пять элементов. Уход детей домой.	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00	17.15-19.00

При t воздуха ниже - 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается