

**РЕЖИМ ДНЯ ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ)**

для детей средней группы №13 «Лучики»

ПРИНЯТ

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
(протокол от 08.08.2023 № 3/2023)СОСОВАН  
Врач Н.В.ДетковаУТВЕРЖДЁН  
ЗаведующийЕ.С.Микушева  
Приказ от 31.08.2023 № 106

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 Неторопливое кормление	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00
Совместная и самостоятельная деятельность: организация различных видов игр и дидактических упражнений, индивидуальная работа, подготовка к занятию.	09.15-10.00 10.10-10.45 11.55-12.00	09.15-09.40 09.40-09.55 (2 подгр) 09.55-10.00 10.10-10.25 (1 подгр) 10.25-10.55	09.15-10.00 10.10-10.35 11.45-11.50	09.00-09.30 09.45-10.00 10.25-10.55	09.00-09.15 (2 подгр) 09.15-09.30 09.30-09.45 (1 подгр) 09.45-10.00 10.25-10.55
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)	09.00-09.15 12.00-12.15	09.00-09.15 09.40-09.55 (1 подгр) 10.10-10.25 (2 подгр)	09.00-09.15 11.50-12.05	09.30-09.45 10.10-10.25	09.00-09.15 (1 подгр) 09.30-09.45 (2 подгр) 10.10-10.25
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)	10.40-12.00 10.45-11.55	10.50-12.10 10.55-12.05	10.30-11.50 10.35-11.45	10.50-12.10 10.55-12.05	10.50-12.10 10.55-12.05
Подготовка к обеду, обед	12.15-13.00	12.05-13.00	12.05-12.50	12.05-13.00	12.05-13.00
Подготовка ко сну, сон.	13.00-15.30	13.00-15.30	12.50-15.20	13.00-15.30	13.00-15.30
Постепенный подъем детей после сна. Бодрящая гимнастика	15.30-15.45	15.25-15.40	15.20-15.35	15.30-15.45	15.25-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.10	15.45-16.10	15.55-16.20	15.45-16.10	15.45-16.10
Коррекционный час	16.10-16.30	16.10-16.30	16.20-16.40	16.10-16.30	16.10-16.30
Организация различных видов игр и дидактических упражнений; культурно-досуговая деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа.	16.30-17.10	16.30-17.10	15.35-15.55 16.40-17.10	16.30-17.10	16.30-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, включающая пять элементов Уход домой.	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00	17.10-19.00

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