

**РЕЖИМ ДНЯ ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ)****для детей старшей группы №9 «Радуга»**

ПРИНЯТ

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
(протокол от 31.08.2023 № 3/2023)

СОБЛАСОВАН

Врач Н.В.Деткова

УТВЕРЖДЁН

Заведующий

*Е.С.Микушева*  
Е.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	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00	08.20-09.00
Питание: горячее 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.	09.20-09.35 (2 подгр) 09.55-10.00 (1 подгр) 10.10-10.15 11.05-11.10 11.30-12.15	09.00-09.20 (2 подгр) 09.35-09.55 (1 подгр) 09.55-10.00 10.10-10.35 11.45-11.50	09.00-09.20 (2 подгр) 09.35-09.55 (1 подгр) 09.55-10.00 10.10-10.55	09.00-09.20 (2 подгр) 09.35-09.55 (1 подгр) 09.55-10.00 10.10-10.25 11.40-11.45	09.00-09.20 (2 подгр) 09.35-09.55 (1 подгр) 09.55-10.00 10.00-10.20 10.40-10.50
Занятия (Общая длительность, включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты с перерывы между занятиями - не менее 10 минут)	09.00-09.20 (1 подгр) 09.35-09.55 (2 подгр)	09.00-09.20 (1 подгр) 09.35-09.55 (2 подгр)	09.00-09.20 (1 подгр) 09.35-09.55 (2 подгр)	09.00-09.20 (1 подгр) 09.35-09.55 (2 подгр)	09.00-09.20 (1 подгр) 09.35-09.55 (2 подгр)
Уменьшение длительности на 5 минут, ограничение умственной и физической нагрузки на 50% (включая перерыв)	11.10-11.30 15.50-16.10	11.50-12.10 15.50-16.10	11.50-12.10 (улица)	11.45-12.05 15.50-16.10	10.20-10.40
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.	10.10-11.10 10.15-11.05	10.30-11.50 10.35-11.45	10.50-12.15 10.55-12.10	10.20-11.45 10.25-11.40	10.45-12.15 10.50-12.10
Возвращение с прогулки. Прогулка 1-я подгруппа					
2-я подгруппа (ослабленные дети)					
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.55	12.10-12.55	12.10-12.55	12.05-12.55	12.10-12.55
Подготовка ко сну, сон.	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25	12.55-15.25
Постепенный подъем детей после сна.	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40
Бодрящая гимнастика					
Подготовка к полднику, полдник	16.10-16.40	16.10-16.40	15.40-16.05	16.10-16.40	15.40-16.05
Коррекционный час	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.40-17.00	16.05-16.25
Организация различных видов игр и дидактических упражнений; культурно-воспитательная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа.	15.40-15.50	15.40-15.50 17.00-17.10	16.05-16.40 17.00-17.20	15.40-15.50 17.00-17.10	16.25-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка.	17.00-19.00	17.10-19.00	17.20-19.00	17.10-19.00	17.20-19.00
Уход домой.					

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