

**РЕЖИМ ДНЯ ЩАДЯЩИЙ (АДАПТАЦИОННЫЙ)**

для детей старшей группы № 3 «Почемучки»

ПРИНЯТ

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
(протокол от 31.08.2020 № 3/2020)

СОГЛАСОВАН

Врач  О.А. КовалыкУТВЕРЖДЕН  
Заведующий Е.С. Микушева

Приказ от 31.08.2020 № 99

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	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)	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Непрерывная образовательная деятельность. Уменьшение длительности на 5 минут, ограничение умственной и физической нагрузки на 50%.	09.00-09.15 11.25-11.45	09.00-09.20/ 10.30.10.45 09.55-10.15	09.00-09.20 09.55-10.10	09.00-09.20/ 09.40-09.55	09.00-09.20
2-й завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Игры, свободное общение	09.20-10.45	09.20-10.45	09.20-10.45	09.20-10.45	09.20-10.45
Подготовка к прогулке. Прогулка. 1-я подгруппа 2-я подгруппа (ослабленные дети)	10.35-12.15 10.45-12.15	10.35-12.15 10.45-12.15	10.35-12.15 10.45-12.15	10.35-11.45 10.45-12.15	10.35-12.15 10.45-12.15
Подготовка к обеду. Обед	12.15-12.55	12.15-12.55	12.15-12.55	12.20-12.55	12.15-12.55
Подготовка ко сну, сон (продленный)	12.55-15.00	12.55-15.10	12.55-15.00	12.55-15.10	12.55-15.10
Подъем детей после сна. Бодрящая гимнастика, тренажерный путь	15.00-15.15	15.10-15.25	15.00-15.15	15.10-15.25	15.10-15.25
Подготовка к полднику. Полдник	15.40-16.05	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.40-16.05
Совместная, самостоятельная деятельность детей по интересам	16.05-16.50	16.05-16.50	16.05-16.50	15.45-16.50	16.05-16.50
Непрерывная образовательная деятельность.	15.45-16.05	15.45-16.05		15.10-15.30	15.45-16.05
Коррекционный час	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50	16.30-16.50
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	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
Прогулка. Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Укладывание. Ночной сон	20.00-20.45 20.45-06.30	20.00-20.45 20.45-06.30	20.00-20.45 20.45-06.30	20.00-20.45 20.45-06.30	20.00-20.45 20.45-06.30

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