

## РЕЖИМЫ ДНЯ

### Щадящий режим

#### Организация щадящего режима

1. Щ/р назначается детям с II, III и IV гр. здоровья, детям, перенесшим заболевания, для снижения физической и интеллектуальной нагрузки. (К щ/р прилагается лист с фамилиями детей и сроками для ограничений. Щ/р лежит под стеклом на столе воспитателя)
2. Щ/р назначается медицинским работником ДОО (врач, М/с)
3. Щ/р после перенесенного заболевания назначается по рекомендации участкового педиатра или врача ДОО на определенный срок, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
4. Щ/р выполняется персоналом, работающим с ребенком.

№ п/п	Виды деятельности в режиме дня	Ограничения	Ответственный
1	Приход в детский сад Подъём	По возможности с 7.30 до 8.30	родители воспитатели
2	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	воспитатели
3	Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: (умывание прохладной водой; воздушные ванны с бодрящей гимнастикой)	-температура воды 16-20 гр., тщательное вытирание рук, лица -снимается пижама, надевается сухая футболка	воспитатели, п/воспитателя
4	Питание: завтрак, обед, полдник	-первыми садятся за стол, -в мл. возрасте - докармливание	воспитатели, п/воспитателя
5	Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю), выход на прогулку	-одевание и выход в последнюю очередь	воспитатели, п/воспитателя
6	Возвращение с прогулки	-возвращение первыми (под присмотром взрослого), -смена влажной одежды на сухую	воспитатели, п/воспитателя
7	Прогулка	-вовлечение в умеренную двигательную деятельность	воспитатели
8	Физкультурные занятия	отмена или снижение нагрузки по бегу на 50%	воспитатели
9	Занятия статического, интеллектуального плана	-вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в I половине занятия	воспитатели, специалисты
10	Дневной сон	-укладывание первыми, -подъём по мере просыпания	воспитатели

11	Совместная деятельность детей с воспитателем	-учёт настроений ребенка и его желаний	воспитатели, специалисты
12	Самостоятельная деятельность	-предлагать места для игр и др. деятельности, удалённые от окон и дверей	воспитатели, специалисты
13	Уход детей домой	-по возможности до 18.00 (в первые 1-2 дня после болезни)	родители

### Режимы дня 1 младшей группы

#### Адаптационный

Режимные моменты	Время	Примечания
Приём, осмотр, индивидуальная работа	07.30-08.00	
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	
Подготовка к завтраку. Завтрак	08.10-08.50	
Образовательные ситуации на игровой основе, самостоятельная деятельность детей	08.50-09.30	
Подготовка к завтраку. Второй завтрак. Уход домой.	09.30 -10.00	
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, уход детей домой	10.00-11.30	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.	11.30-11.50	
Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа. Уход детей домой.	11.50-12.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	
Подъём, оздоровительная гимнастика	15.00-15.10	
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.35	
Образовательные ситуации на игровой основе, самостоятельная деятельность детей	15.35-16.20	
Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры-экспериментирования, общение по интересам)	16.20-18.20	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность	18.20-18.40	

Подготовка к ужину. Ужин.	18.40-19.00	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин.	19.00-20.50	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	20.50-6.30	

**Режим дня  
I младшей группы  
на холодный период года**

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.00	
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.10-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.10 09.10-09.20	По подгруппам
Подготовка к завтраку, второй завтрак. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.	09.30-10.00	
Подготовка к прогулке. Прогулка, возвращение с прогулки, игры	10.00-11.30	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	11.30-12.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровительные мероприятия	15.00-15.10	
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.35	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	15.35-15.45	
Занятия	15.45-15.55 15.55-16.05	По подгруппам
Самостоятельная деятельность детей в группе, игры, кружковая деятельность.	16.05-16.20	
Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование), образовательная деятельность, осуществляемая в	16.20-18.20	

ходе режимных моментов, уход детей домой		
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.40	
Подготовка к ужину. Ужин	18.40-19.00	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.00-20.50	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	20.50-6.30	

**Режим дня I младшей группы  
на холодный период года (при карантине)**

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.00	
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.10-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.10 09.10-09.20	По подгруппам
Подготовка к завтраку, второй завтрак. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.	09.30-10.00	
Подготовка к прогулке. Прогулка, возвращение с прогулки, игры	09.50-11.30	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	11.30-12.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровительные мероприятия	15.00-15.10	
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.35	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность	15.35-15.45	
Занятия	15.45-15.55 15.55-16.05	По подгруппам ( в группе)
Самостоятельная деятельность детей в группе, игры, кружковая деятельность.	16.05-16.20	
Подготовка к прогулке. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных	16.20-18.20	

моментов, уход детей домой		
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.40	
Подготовка к ужину. Ужин	18.40-19.00	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.00-20.50	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	20.50-6.30	

**Режим дня II младшей группы**  
*Холодный период*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.10	
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.20-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.15 09.20-09.35	По подгруппам
Двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, игры	09.50-10.00	
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00-10.10	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.00-11.50	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	11.50-12.30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.20	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.20-15.40	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.40-16.00	
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.00-16.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам),	16.30-18.20	

образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой		
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.20	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.20-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

### Режим дня II младшей группы

#### Теплый период

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа на улице	07.00-08.10	
Утренняя гимнастика на улице	08.10-08.20	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.20-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.15	
Двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, образовательная деятельность, индивидуальная работа, игры	09.15-10.00	(На улице)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00-10.10	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.10-12.00	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.00-12.40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.25	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.25-15.50	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.50-16.10	(На улице)
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.10-16.40	

Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.20	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.20	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.20-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**Режим дня II младшей группы  
на период карантина**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Подъем, утренний туалет	07.00-07.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа,	07.10.-08.05
Утренняя гимнастика (в группе)	08.05-08.15
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры),завтрак	08.35-08.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	08.50-9.00
занятия согласно расписанию, включая динамическую паузу между деятельностью(в группе)	09.00-10.00
Совместно-организованная деятельность	10.00-10.30
Второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00-12.20
Обед	12.20-12.40
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные ванны	15.00-15.40
Подготовка к полднику. Полдник	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.40-18.55
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы	18.55-21.00
Второй ужин	21.00-21.05

Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	21.05-21.15
Ночной сон	21.15-7.00

### Режим дня средней группы

#### *Холодный период*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.10	
Утренняя гимнастика	08.10-08.20	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.20-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.20 09.30-09.50	По подгруппам
Двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа, игры	09.50-10.00	
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00-10.10	
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.10-11.50	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	11.50-12.30	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.20	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.20-15.40	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.40-16.00	
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.00-16.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.30-18.20	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.20	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.20-21.00	



Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	
--	------------	--

### Режим дня средней группы

#### Теплый период

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа на улице	07.00-08.10	
Утренняя гимнастика на улице	08.10-08.20	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.20-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.20	По подгруппам
Двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, образовательная деятельность, индивидуальная работа, игры	09.20-10.00	(На улице)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00-10.10	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.10-12.00	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.00-12.40	
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.25	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.25-15.50	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.50-16.10	(На улице)
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.10-16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.20	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.20-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.20	

Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.20-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**Режим дня средней группы  
на период карантина**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Подъем, утренний туалет	07.00-07.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа,	07.10.-08.05
Утренняя гимнастика (в группе)	08.05-08.15
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры), завтрак	08.35-08.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	08.50-9.00
Занятия согласно расписанию, включая динамическую паузу между деятельностью(в группе)	09.00-10.00
Совместно-организованная деятельность	10.00-10.30
Второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.00-12.20
Обед	12.20-12.40
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные ванны	15.00-15.40
Подготовка к полднику. Полдник	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность, игры, индивидуальная работа.	16.00-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-18.30
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.40
Подготовка к ужину. Ужин	18.40-18.55
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы	18.55-21.00
Второй ужин	21.00-21.05
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	21.05-21.15
Ночной сон	21.15-7.00

**Режим дня старшей группы  
Холодный период года**

Режимные моменты	Время	Примечания
------------------	-------	------------

Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.25-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-10.30	(общее время включая перерывы)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.15-10.25	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	11.00-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.45	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.45-16.10	
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.10-16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.30	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.55	
Подготовка к ужину. Ужин.	18.55-19.25	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.25-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

### Режим дня старшей группы

#### *Теплый период года*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа на улице	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика на улице	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных	08.25-08.50	

моментов		
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.30	(общее время включая перерывы)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00-10.10	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.10-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.45	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.45-16.10	(На улице)
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.10-16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.30	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.55	
Подготовка к ужину. Ужин.	18.55-19.25	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.25-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**Режим дня старшей группы  
на период карантина**

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время</i>
Подъем, утренний туалет	7.00-7.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа,	07.10.-08.05
Утренняя гимнастика (в группе)	08.05-08.15
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры),завтрак	08.20-08.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	08.50-9.00
Занятия согласно расписанию(в группе)	09.00-10.30
Второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30

Обед	12.30-12.50
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.15
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные ванны	15.15-15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.45-16.15
Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей	16.15-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.00-18.40
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность. Подготовка к ужину	18.40-18.50
Ужин	18.50-19.30
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы	19.30-21.00
Второй ужин	21.00-21.05
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	21.05-21.15
Ночной сон	21.15-7.00

**Режим дня подготовительной группы**  
*Холодный период года*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.20	
Утренняя гимнастика	08.20-08.30	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.30-08.55	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.55-09.00	
Занятия	09.00-11.00	По подгруппам (общее время включая перерывы)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.15- 10.25	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	11.00-12.30	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.30-13.10	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.40	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.40-16.10	
Самостоятельная деятельность детей в группе,	16.10-16.40	

индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность		
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.40	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.40-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.30-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**Режим дня подготовительной группы**  
*Теплый период года*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа на улице	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика на улице	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.25-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.30	
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.00- 10.10	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.10-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.40	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.45-16.10	(На улице)
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.10-16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.40	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.40-18.50	

Подготовка к ужину. Ужин	18.50-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.30-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**Режим дня подготовительной группы  
в период карантина**

Режимные моменты	Время
Подъем, утренний туалет	7.00-7.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа,	07.10.-08.05
Утренняя гимнастика(в группе)	08.05-08.15
Подготовка к завтраку(гигиенические процедуры),завтрак	08.35-08.50
Самостоятельная деятельность	08.50-9.00
Занятия согласно расписанию (в группе)	09.00-10.30
Второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30
Обед	12.30-13.00
Спокойные игры, подготовка ко сну	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные ванны	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00
Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.15-18.35
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность. Подготовка к ужину	18.35-18.45
Ужин	18.45-19.00
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы	19.00-21.00
Второй ужин	21.00-21.05
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	21.05-21.15
Ночной сон	21.15-7.00

**РЕЖИМ ДНЯ**

**группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР  
на холодный период года**

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.30-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-11.00	(общее время включая перерывы) по подгруппам
Коррекционная нагрузка Учитель-дефектолог, логопед	09.00-12.30	Подгрупповая, индивидуальная
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.10-10.25	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры.	11.00-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов Образовательные ситуации на игровой основе	15.30-15.50	
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.35-16.45	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность,	16.45-18.45	



осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой		
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.45-18.55	
Подготовка к ужину. Ужин	18.55-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.30-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР**  
*на теплый период года*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа на улице	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика на улице	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.25-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.30	
Коррекционная нагрузка Учитель-дефектолог, логопед	09.00-13.00	Подгрупповая. Индивидуальная. (в течение 1 месяца)
Двигательная деятельность, самостоятельная деятельность детей, образовательная деятельность, индивидуальная работа, игры (на улице)	09.30-10.00	(На улице)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.20-10.30	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры.	10.40-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник.	15.40-16.10	

образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой.	16.10-18.40	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.40-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин.	18.50-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.30-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон.	21.00-6.30	

### РЕЖИМ ДНЯ

**группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР  
на холодный период года (при карантине)**

Режимные моменты	Время
Подъем, утренний туалет	7.00-7.10
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа,	07.10.-08.05
Утренняя гимнастика(в группе)	08.05-08.15
Подготовка к завтраку(гигиенические процедуры),завтрак	08.35-08.50
Самостоятельная деятельность	08.50-9.00
Занятия (в группе)	09.00-10.30
Второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.40-12.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	12.15-12.30
Обед	12.30-13.00
Спокойные игры, подготовка ко сну	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, воздушные ванны	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.30-16.00
Индивидуальная работа. Самостоятельная деятельность детей	16.00-16.15
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.15-18.35
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность. Подготовка к ужину	18.35-18.45
Ужин	18.45-19.00
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной	19.00-21.00

литературы	
Второй ужин	21.00-21.05
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры	21.05-21.15
Ночной сон	21.15-7.00

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**группы компенсирующей направленности для детей с ТНР**  
*на холодный период года*

Режимные моменты	Время	Примечания
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.25-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-11.00	По подгруппам (Общее время, включая перерыв)
Коррекционная нагрузка Учитель-логопед	09.00-12.30	Подгрупповая, индивидуальная
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.10-10.20	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры.	11.00-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.50	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.50-16.15	
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.1-16.40	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.30	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.50	
Подготовка к ужину. Ужин.	18.50-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры,	19.30-21.00	

чтение художественной литературы. Второй ужин		
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**группы компенсирующей направленности для детей с ТНР**  
*на теплый период года*

<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>	<b>Примечания</b>
Подъем, утренний туалет	06.30-07.00	(На улице)
Прием детей, осмотр, беседы с родителями, игры, индивидуальная работа	07.00-08.15	
Утренняя гимнастика на улице	08.15-08.25	
Подготовка к завтраку, завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	08.25-08.50	
Подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	08.50-09.00	
Занятия	09.00-09.30	По подгруппам (Общее время, включая перерыв)
Коррекционная нагрузка Учитель-логопед	09.00-12.30	Подгрупповая, индивидуальная (в течение 1 месяца)
Второй завтрак, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	10.10-10.20	
Подготовка к прогулке, Прогулка. Возвращение с прогулки, игры	10.40-12.20	
Подготовка к обеду, обед, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	12.20-13.00	
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00	
Подъем, гимнастика, оздоровит. мероприятия	15.00-15.30	
Подготовка к полднику, полдник, образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	15.30-15.50	
Образовательные ситуации на игровой основе	15.50-16.20	(На улице)
Самостоятельная деятельность детей в группе, индивидуальная работа, игры, кружковая деятельность	16.20-16.40	

Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, уход детей домой	16.40-18.30	
Возвращение с прогулки. Спокойные игры. Самостоятельная деятельность.	18.30-18.50	
Подготовка к ужину .Ужин	18.50-19.30	
Самостоятельная деятельность. Спокойные игры, чтение художественной литературы. Второй ужин	19.30-21.00	
Подготовка ко сну. Гигиенические процедуры. Ночной сон	21.00-6.30	