

***РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ
В ХОЛОДНЫЙ И ТЕПЛЫЙ
ПЕРИОД ВРЕМЕНИ ГОДА***

РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ по разновозрастным группам в СПДО п Семрино.

На холодный период

Режимные моменты	Группа комбинированной направленности
Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.00
Занятия	09.00 – 10.10 10.20 – 10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.25
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, индивидуальная работа	15.25 – 16.20
Полдник	16.20 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50 – 18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	18.00 – 18.25
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.25 – 19.00

На тёплый период

Режимные моменты	Группа комбинированной направленности для детей 5- 7 лет
Приём, осмотр, утренняя гимнастика (на воздухе), гигиенические процедуры	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Занятия, занятия со специалистами (на свежем воздухе)	09.00 – 10.10 10.20 – 10.50
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.30 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.00
Постепенный подъём, гимнастика, воздушные, водные процедуры	15.00-15.30
Совместная деятельность, индивидуальная работа	15.30-16.20
Подготовка к полднику, полдник	16.20-16.50
Игры, наблюдения, труд, развлечения (на воздухе), взаимодействие с родителями. Уход детей домой.	16.40 – 19.00

**РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ в дошкольных группах п. Сусанино
в холодный период года**

	<i>Старшая разновозрастная группа комбинированной направленности для детей 5-7 лет</i>	<i>Адаптационный период</i>
Прием, осмотр, (прием воспитанников с ОВЗ в группе комбинированной направленности с 7.30)свободная игра, самостоятельная деятельность. Индивидуальные формы работы	7.00 – 8.15	1-я неделя (пребывание в детском саду не более 3-4 часов). Первые три дня с 07.50- 10.00, последующие дни с 07.50-12.00 (прием пищи, игры, прогулка) Совместная деятельность, только с теми детьми, которые подойдут к воспитателю.
утренняя гимнастика	8.15 – 8.25	
Подготовка к завтраку, дежурство, завтрак,	8.25 – 8.45	
Утренний круг. Развивающий диалог, включение в образовательный процесс	8.45-9.00	
Занятия, самостоятельная деятельность, игры. Индивидуальные формы работы со специалистами	9.00 – 10.00 10.10 – 11.00	
Подготовка к второму завтраку Второй завтрак	10.00 – 10.10	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00 – 12.40	
Возвращение с прогулки, игры, организованная детская деятельность	12.40 – 12.50	
Подготовка к обеду, дежурство, обед.	12.50 – 13.15	
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	13.15 – 15.00	
Постепенный подъем, воздушные, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00 – 15.20	2-я неделя пребывания в саду (5-7 часов) Первые два дня 07.50-13.00 (прием пищи, игры, прогулка,) Последующие дни 07.50-15.10 (прием пищи, игры, прогулка, укладывание на сон) 3- я неделя пребывания в саду полный день
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность, игры. Индивидуальные формы работы со специалистами	15.20 – 16.20	
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	16.20 – 16.40	
Вечерний круг. Развивающий диалог, подведение итогов дня	16.40 – 16.50	
Игры, самостоятельная детская деятельность. Подготовка к прогулке, прогулка /в группе комбинированной направленности уход детей ОВЗ домой в 17.30	16.50 – 17.30/18.10	
Возвращение с прогулки, игры. Игры, уход детей домой	18.10-19.00	

Дома с 19.00 до 07.00 Воспитанники ОВЗ, группы комбинированной направленности дома с 17.30 до 07.30.	
---	--

Режим и распорядок дня в теплый период года

	<i>Старшая разновозрастная группа комбинированной направленности для детей 5-7 лет</i>	<i>Адаптационный период</i>
Прием, осмотр, (прием воспитанников с ОВЗ в группе комбинированной направленности с 7.30) игры, утрення гимнастика Индивидуальные формы работы по рекомендациям специалистов (на свежем воздухе)	7.00 – 8.30	1-я неделя (пребывание в детском саду не более 3-4 часов). Первые три дня с 08.00- 10.00, последующие дни с 08.00-12.00 (прием пищи, игры, прогулка) Совместная деятельность, только с теми детьми, которые подойдут к воспитателю.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.55	
Утренний круг. Развивающий диалог, включение в образовательный процесс	8.55-9.015	
Подготовка к прогулке. Занятия на свежем воздухе. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Индивидуальные формы работы со специалистами	9.15 – 10.40	
Возвращение с прогулки, подготовка к второму завтраку	10.40 – 10.50	
Второй завтрак	10.50 – 11.00	
Подготовка к прогулке, занятие на свежем воздухе. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Индивидуальные формы работы со специалистами	11.00 – 12.25	2-я неделя пребывания в саду (5-7 часов) Первые два дня 07.50-13.00 (прием пищи, игры, прогулка,) Последующие дни 07.50-15.10 (прием пищи, игры, прогулка, укладывание на сон)
Возвращение с прогулки, организованная детская деятельность	12.25 – 12.40	
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.10	
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	13.10 – 15.00	
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.25 – 15.50	
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.50 – 16.20	3-я неделя пребывания в саду полный день
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд), в группе комбинированной направленности уход детей ОВЗ домой в 17.30. Игры, самостоятельная детская деятельность, уход детей домой	16.20 – 19.00	
Дома с 19.00 до 07.00 Воспитанники ОВЗ, группы комбинированной направленности дома с 17.30 до 07.30.		

Щадящий режим.

Щадящий режим назначается детям в период после острых заболеваний как реабилитационный (около трех недель после возвращения в Учреждение). Этот режим обеспечивает ребенку постепенный переход на общий режим.

Элементы щадящего режима.

СОН. Для этого следует увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним.

ПРИЕМ ПИЩИ. Исключить не любимое блюдо; не заставлять съедать целую порцию; по показаниям соблюдать диету.

ОРГАНИЗАЦИЯ БОДРСТВОВАНИЯ. Уменьшить длительность НОД, подключать ребенка к разнообразным видам деятельности, но опираясь на его предпочтения. Не допускать переутомления. Обеспечивать рациональную двигательную активность в группе и на прогулке. Избегать переутомления ребенка

ПРОГУЛКА. Одевать ребенка последним и забирать с прогулки первым.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ. Не отменять утреннюю гимнастику, на занятиях по физ.развитию, заменить игры большой активности на игры малой активности, исключить бег, прыжки и кувырки. Дать рекомендации родителям по оздоровлению ребенка, познакомить с современными здоровьесберегающими технологиями. Сократить время проведения бодрящей гимнастики.