

## РЕЖИМЫ ДНЯ

### Режимы дня в старшей группе компенсируемой направленности

Примерный режим дня. Холодный период года.

Режимные моменты	Время
<b><u>Дома:</u></b> Подъём, осмотр, гигиенические процедуры	6.30-7.00
<b><u>В дошкольном учреждении:</u></b> Осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми, взаимодействие с родителями, утренняя гимнастика	7.30-8.20 8.20-8.30
Подготовка к завтраку <b>Завтрак</b> Предметная самостоятельная деятельность.	8.30-8.50
<i>Подготовка к непрерывной образовательной деятельности</i>	
1 - занятие	<b>9.00-9.25</b>
2 - занятие	<b>9.35-10.00</b>
3 - занятие	<b>10.10-10.35</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> -наблюдения -игры -индивидуальная работа -самостоятельная деятельность -трудовая деятельность	10.35-12.25
Подготовка к обеду. <b>Обед</b>	12.25-12.45
Спокойные игры	12.45-13.00
Подготовка ко сну. <b>Сон</b>	13.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.20
Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.20-15.30
Самостоятельная (Предметная) деятельность, игры	15.30-16.45
Подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	16.45-17.00
Чтение художественной литературы	17.00-17.15
<b>Прогулка.</b> -самостоятельная деятельность Уход домой	17.15-17.30
<b><u>Дома:</u></b> Прогулка, спокойные игры. Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, ночной сон	17.30-20.30

### Примерный режим дня. Тёплый период года.

Режимные моменты	Время
Общение детей на воздухе. Общение, игровая, трудовая деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Самостоятельные игры.	7.30 – 8.25
Утренняя гимнастика	8.25 -8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак ,гигиенические процедуры , дежурства	8.35 -9.00
Игровая, самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке.	9.00-9.30
Спортивные, музыкально- театрализованные праздники, развлечения на воздухе	9.30-9.55
Прогулка: труд, игры, наблюдения, экспериментирование, физкультурно-оздоровительная работа, игры, воздушные и солнечные ванны индивидуальная работа, чтение, художественно-творческая деятельность, общение.	9.30-12.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурство	12.30-12.40
Организация обеда. Культурно- гигиенические процедуры.	12.40-12.50
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.50-13.00
Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъём. Физкультурно-оздоровительная работа	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.30
Подготовка к прогулке. Прогулка: Чтение художественной литературы. Наблюдения, игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность	15.30-16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры на свежем воздухе, общение, индивидуальная работа. Уход детей домой	17.00-17.30

**Режимы дня в подготовительной группе компенсируемой направленности**

Примерный режим дня. Холодный период года.

Режимные моменты	Время
<b><u>Дома:</u></b> Подъём, осмотр, гигиенические процедуры	6.30-7.00
<b><u>В дошкольном учреждении:</u></b>	<b>7.30-8.30</b>
Осмотр детей, игры, индивидуальная работа с детьми, взаимодействие с родителями, утренняя гимнастика , подготовка к завтраку	8.30-8.40
Подготовка к завтраку <b>Завтрак</b> Предметная самостоятельная деятельность.	8.40-8.50
<b><i>Подготовка к непрерывной образовательной деятельности</i></b>	
1 - занятие	<b>9.00-9.30</b>
2 - занятие	<b>9.40-10.10</b>
3 - занятие	<b>10.20-10.50</b>
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> -наблюдения -игры -индивидуальная работа -самостоятельная деятельность -трудовая деятельность	10.50-12.30
Подготовка к обеду. <b>Обед</b>	12.30-12.45
Спокойные игры	12.45-13.00
Подготовка ко сну. <b>Сон</b>	13.00-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.15-15.30
Самостоятельная (Предметная) деятельность, игры	15.30-16.45
Подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	16.45-17.00
Чтение художественной литературы	17.00-17.15
<b>Прогулка</b> -самостоятельная деятельность Уход домой	<b>17.15-17.30</b>
<b><u>Дома:</u></b> Прогулка, спокойные игры. Гигиенические процедуры. Подготовка ко сну, ночной сон	17.30-20.30

**Примерный режим дня. Теплый период года**

Режимные моменты	Время
Приём детей на воздухе. Общение, игровая, трудовая деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Самостоятельные игры.	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.30 -8.40
Подготовка к завтраку. Завтрак ,гигиенические процедуры , дежурства	8.40 -9.00

Игровая, самостоятельная деятельность. Подготовка к прогулке.	9.00-9.30
Спортивные, музыкально- театрализованные праздники, развлечения на воздухе	9.30-9.55
Прогулка: труд, игры, наблюдения, экспериментирование, физкультурно-оздоровительная работа, игры, воздушные и солнечные ванны	9.30-12.30
индивидуальная работа, чтение, художественно-творческая деятельность, общение.	
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, дежурство	12.30-12.40
Организация обеда. Культурно- гигиенические процедуры.	12.40-12.50
Закаливающие мероприятия, релаксирующая гимнастика перед сном	12.50-13.00
Подготовка к дневному сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъём. Физкультурно-оздоровительная работа	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.30
Подготовка к прогулке. Прогулка: Чтение художественной литературы. Наблюдения, игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность	15.30-16.35
Подготовка к ужину, Ужин	16.35-17.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры на свежем воздухе, общение, индивидуальная работа. Уход детей домой	17.00-17.30