

ПРИЛОЖЕНИЕ 5  
к АОП ДО детей  
с задержкой психического развития (ЗПР)  
МБДОУ  
«Детский сад № 28 комбинированного вида»

**РЕЖИМЫ ДНЯ**

**Режим дня в группе компенсирующей направленности детей 5- 7 лет**  
*Холодный период года*

<b>Дома</b>	
*Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
*Прием детей, самостоятельная и совместная с воспитателем игровая, познавательная деятельность детей, взаимодействие с родителями , утренняя гимнастика	8.00 –8.20
* Индивидуальная работа с детьми. Чтение художественной литературы	8.20 - 8.30
*Подготовка к завтраку. <b>Завтрак</b> Подготовка к НОД.	8.30 - 9.00
*Непрерывная образовательная деятельность ( по подгруппам) В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку длительностью 2-3 мин. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 мин	9.00 - 9.30 9.40 – 10.10  10.20 -10.50
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> (наблюдения, игровая деятельность, трудовые поручения, индивидуальная работа)	10.50 - 11.00 11.00 – 12.20
* Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. <b>Обед</b>	12.20 –12.30 12.30 – 12.50
*Подготовка ко сну: прослушивание аудиосказок, чтение сказок	12.50 –13.00
* <b>Дневной сон</b>	13.00 –15.00
*Постепенный подъём, гимнастика после сна, хождение по «дорожкам здоровья», гигиенические процедуры,	15.00 –15.20
*Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.20 - 15.30
* Непрерывная образовательная деятельность	15.30 -16.00
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b>	16.00 – 17.30
*Подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	17.30–17.45
* Совместная с воспитателем, игровая, познавательная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа. Уход домой	17.45 –18.00
<b>Дома</b>	
*Прогулка, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.00–20.30
* Укладывание, ночной сон.	20. 30 – 6. 30

**Режим дня в группе компенсирующей направленности детей 5- 7 лет**  
*Теплая погода*

<b>Дома</b>	
*Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
*Прием детей на улице, самостоятельная и совместная с воспитателем игровая, познавательная деятельность детей, взаимодействие с родителями . * Утренняя гимнастика, подвижные игры на свежем воздухе.	8.00 –8.20
*Подготовка к завтраку. <b>Завтрак</b> Подготовка к НОД.	8.20 - 9.00
*Непрерывная образовательная деятельность ( по подгруппам) В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку длительностью 2-3 мин. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 мин	9.00 - 9.30 9.40 – 10.10 10.20 -10.50
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> (совместная деятельность педагога с детьми: наблюдения, игровая деятельность, трудовые поручения, конструирование художественнотворческая деятельность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, воздушные солнечные ванны, питьевой режим)	10.50 - 11.00 11.00 – 12.20
* Возвращение с прогулки, обливание рук до локтей прохладной водой, гигиенические процедуры. <b>Обед</b>	12.20 –12.30 12.30 – 12.50
*Подготовка ко сну: прослушивание аудиосказок, чтение сказок	12.50 –13.00
* <b>Дневной сон</b>	13.00 –15.00
*Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», гигиенические процедуры.	15.00 –15.20
*Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.20 - 15.30
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b>	16.00 – 17.30
*Подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	17.30–17.45
*Совместная с воспитателем, игровая, познавательная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа ( на улице). Уход домой	17.45 –18.00
<b>Дома</b>	
*Прогулка, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.00–20.30
* Укладывание, ночной сон.	20. 30 – 7.00

## Режим дня для детей ( 4- 5 лет)

*Холодная погода*

<b>Дома</b>	
*Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
*Прием детей, совместная деятельность воспитателя с детьми, игровая, познавательная деятельность детей, взаимодействие с родителями , утренняя гимнастика	7.00 –8.00
* Индивидуальная работа с детьми. Чтение художественной литературы	8.00 - 8.25
*Подготовка к завтраку. <b>Завтрак</b> Подготовка к НОД.	8.25 - 9.00
*Непрерывная образовательная деятельность 1 ( по подгруппам) В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку длительностью 2-3 мин. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 мин	9.00 - 9.20 9.35 – 9.55
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> (наблюдения, игровая деятельность, трудовые поручения, индивидуальная работа)	9.55 – 12.10
* Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. <b>Обед</b>	12.10 –12.45
*Подготовка ко сну: прослушивание аудиосказок, колыбельных песен, чтение сказок	12.45 –13.00
* <b>Дневной сон</b>	13.00 –15.00
*Постепенный подъём, гимнастика после сна, хождение по «дорожкам здоровья», гигиенические процедуры,	15.00 –15.15
*Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.15 - 15.25
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b>	15.25 – 17.25
* Возвращение с прогулки, подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	17.25 -17. 45
* Совместная с воспитателем, игровая, познавательная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа. Уход домой	17.45 –19.00
<b>Дома</b>	
*Прогулка, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.00–20.30
* Укладывание, ночной сон.	20. 30 – 6. 30

## Режим дня для детей ( 4- 5 лет)

*Теплая погода*

<b>Дома</b>	
*Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>	
*Прием детей на улице, самостоятельная и совместная с воспитателем игровая, познавательная деятельность детей, взаимодействие с родителями . * Утренняя гимнастика, подвижные игры на свежем воздухе.	7.00 –8.25
*Подготовка к завтраку. <b>Завтрак</b> Подготовка к НОД.	8.25 - 9.00
*Непрерывная образовательная деятельность ( по подгруппам) В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку длительностью 2-3 мин. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 мин	9.00 - 9.30 9.40 – 10.10  10.20 -10.50
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b> (совместная деятельность педагога с детьми: наблюдения, игровая деятельность, трудовые поручения, конструирование художественнотворческая деятельность, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, воздушные солнечные ванны, питьевой режим)	10.50 - 11.00 11.00 – 12.20
* Возвращение с прогулки, обливание рук до локтей прохладной водой, гигиенические процедуры. <b>Обед</b>	12.10 –12.45
*Подготовка ко сну: прослушивание аудиосказок, чтение сказок	12.45–13.00
<b>*Дневной сон</b>	13.00 –15.00
*Постепенный подъём, гимнастика после сна, воздушное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», гигиенические процедуры.	15.00 –15.15
*Подготовка к полднику. <b>Полдник</b>	15.15 - 15.25
* Подготовка к прогулке. <b>Прогулка</b>	15.25– 17.25
*Подготовка к ужину. <b>Ужин</b>	17.25–17.45
*Совместная с воспитателем, игровая, познавательная деятельность, чтение художественной литературы, индивидуальная работа ( на улице). Уход домой	17.45 –19.00
<b>Дома</b>	
*Прогулка, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.00–20.30
* Укладывание, ночной сон.	20. 30 – 6.30