

Приложение № 6
к Адаптированной основной образовательной программе ДО
детей с задержкой психического развития
МБДОУ «Детский сад № 8 комбинированного вида»
приказ № 27-ОД от «27» мая 2021г.

РЕЖИМЫ ДНЯ

Режим дня холодное время года

Режимные моменты	Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелым дефектом в развитии (3-5 лет)	Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелым дефектом в развитии (5-7 лет)	Группа комбинированной направленности (5-6 лет)	Группа комбинированной направленности (6-7 лет)
Приход детей в детский сад. Взаимодействие с родителями	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.20-8.40	8.20-8.40	8.30-8.45	8.30-8.45
Совместная деятельность педагога с детьми/ подготовка к НОД (играм занятиям)	8.30-9.00	8.35-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
НОД, подгрупповые игры занятия, индивидуальная работа со специалистами	9.00-9.40	9.00-10.00	9.00-10.30	9.00-11.00
Совместная деятельность педагога с детьми	9.40-10.20	10.00-10.30	10.30-11.00	-
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30- 12.00	10.30-12.10	11.00-12.20	11.00-12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.20-12.40	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные мероприятия. Полдник	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Совместная деятельность, индивидуальная работа	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.10	16.00-17.20	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к ужину ужин	17.10- 17.30	17.20-17.30	17.30-17.40	17.40-17.50
Организованная совместная деятельность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.	17.30-18.00	17.30-18.00	17.40-18.00	17.50-18.00

Режим дня теплое время года

Режимные моменты	Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелым дефектом в развитии (3-5 лет)	Группа компенсирующей направленности для детей с тяжелым дефектом в развитии (5-7 лет)	Группа комбинированной направленности (5-6 лет)	Группа комбинированной направленности (6-7 лет)
Приход детей в детский сад. Совместная деятельность воспитателя с детьми, индивидуальная работа. Взаимодействие с родителями. Прием детей на улице	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20	8.00-8.20
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.20-8.40	8.20-8.40	8.30-8.45	8.30-8.45
Совместная деятельность педагога с детьми/ подготовка к НОД (играм, занятиям)	8.30-9.00	8.35-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00
НОД, подгрупповые игры занятия, индивидуальные занятия со специалистами (основное проведение на прогулочных площадках)	9.00-9.40	9.00-10.00	9.00-10.30	9.00-11.00
Совместная деятельность педагога с детьми	9.40-10.20	10.00-10.30	10.30-11.00	-
Подготовка к прогулке, прогулка	10.30- 12.00	10.30-12.10	11.00-12.20	11.00-12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.20-12.40	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.45-15.00
Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные мероприятия. Полдник	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Совместная деятельность, индивидуальная работа	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00	15.30- 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.10	16.00-17.20	16.00-17.30	16.00-17.30
Подготовка к ужину, ужин	17.10- 17.30	17.20-17.30	17.30-17.40	17.40-17.50
Организованная совместная деятельность на свежем воздухе, индивидуальная работа,	17.30-18.00	17.30-18.00	17.40-18.00	17.50-18.00

взаимодействие с родителями.				
------------------------------	--	--	--	--

Адаптационный режим

Адаптационный режим выстраивается воспитателем индивидуально для каждого ребенка

Время	Виды деятельности	Примечание
6.30-7.30	Подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении		
8.00	Приход детей. Совместная деятельность воспитателя с детьми (хороводные игры, адаптационные игры. Индивидуальная работа	1 -я неделя (пребывание в детском саду не более 3-4 часов). Первые три дня с 8.00-10.00, последующие дни с 8.00-12.00 (прием пищи, игры, прогулка) Совместная деятельность, только с теми детьми , которые подойдут к воспитателю.
8.00-8.10	Утренняя гимнастика	
8.10-8.30	Завтрак, формирование культурно-гигиенических навыков	
8.30-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Игры дидактические, коммуникативные. Самостоятельная деятельность	
9.00-9.15	Подгрупповые игры занятия	
9.15-10.00	Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная деятельность.	
10.00-11.30	Подготовка к прогулке, прогулка	
11.30-12.00	Подготовка к обеду, формирование культурно-гигиенических навыков, обед	2-я неделя пребывания в саду (5-7 часов) Первые два дня 8.00-13.00 (прием пищи, игры, прогулка,) Последующие дни 8.00-15.00 (прием пищи, игры, прогулка, укладывание на сон)
12.00-15.00	Дневной сон (чтение художественной литературы, музыкальная релаксация)	
15.00-15.30	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные мероприятия. Полдник	3-я неделя пребывания в саду полный день
15.30-16.00	Специально-организованная деятельность воспитателя и детей, индивидуальная работа	
16.00-17.00	Подготовка к прогулке. Прогулка	
17.00-17.20	Подготовка к ужину, ужин	

17.20-18.00	Организованная совместная деятельность, индивидуальная работа, взаимодействие с родителями.	
-------------	---	--

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

Щадящий режим назначается детям в период после острых заболеваний как реабилитационный (около трех недель после возвращения в ДОУ). 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.

Режим двигательной активности для детей раннего возраста 1-3 лет

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5	25
НОД ОО «Физическое развитие»	10			10		20
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)			10		10	
Физминутки	3	3	3	3	3	15
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке		10				
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	10/10	10/10	10/10	10/10	10/10	1ч. 40 мин.
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	5/10	5/10	5/10	5/10	5/10	25/50
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	10	10	10	10	10	50
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 15 мин 2 раза в месяц					30

Режим двигательной активности для детей 3-4 лет

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	Время в минутах				
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8
НОД ОО «Физическое развитие»	15		15		
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		15		15	
Физминутки	5	5	5	5	5
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке					15
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	10	10	10	10	10
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	20 мин. 2 раза в месяц	40 мин			

Режим двигательной активности для детей 4-5 лет

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	Время в минутах				
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8
НОД ОО «Физическое развитие»	20		20		
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		20		20	
Физминутки	5	5	5	5	5
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке					20
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	10	10	10	10	10
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	20 мин.2 раза в месяц		40 мин		

Режим двигательной активности для детей 5-6 лет

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	Время в минутах				
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
НОД ОО «Физическое развитие»	25			25	
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		25			25
Физминутки	10	10	10	10	10
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке			25		
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	15	15	15	15	15
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 25 мин 2 раза в месяц		50		

Режим двигательной активности для детей 6-7 лет

Виды двигательной активности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	Время в минутах				
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
НОД ОО «Физическое развитие»	30			30	
НОД ОО «Художественно-эстетическое развитие» (Музыка)		30			30
Физминутки	10	10	10	10	10
НОД ОО «Физическое развитие» на прогулке			30		
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15
Игры с движениями, хороводные, игровые упражнения (в том числе с предметами)	15	15	15	15	15
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 30 мин 2 раза в месяц		60		