

**МБОУ «Войсковицкая СОШ №1»
Гатчинского муниципального района Ленинградской области**



ПРИЛОЖЕНИЯ
к образовательной программе
дошкольного образования

Гатчинский муниципальный район п. Войсковицы
2017г.

Приложение №5
Варианты режимов пребывания
«Утверждаю»

Директор МБОУ

Артюх Т.В. _____

**ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБОУ «ВОЙСКОВИЦКАЯ
СОШ №1»**

**структурное подразделение, реализующее программы дошкольного
образования**

холодное время года

ГРУППА 1 МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА (1,5-3 ГОДА)

режимные моменты		
Дома: подъём, утренний туалет	6.30-7.30	
В дошкольном учреждении		
Приём детей: беседа с родителями о здоровье детей, осмотр; самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по обучению игровым навыкам, дидактические, хороводные игры.	7.00 – 7.50	
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Завтрак. Обучение культурно-гигиеническим навыкам и культуре еды, использование потешек на положительный приём пищи	8.00 – 8.30	
Непосредственно-образовательная деятельность, занятия со специалистами. Подгрупповая: 1 подгруппа 2 подгруппа	8.30 – 8.40 8.50-9.00	1ч.30мин. в неделю
Игры (дидактические, сюжетно-ролевые), самостоятельная деятельность детей,	9.00 – 9.30	

индивидуальная работа		
Гигиенические процедуры. Второй завтрак	9.30-9.45	
Подготовка к прогуле, обучение навыкам самообслуживания. Прогулка: наблюдения за изменениями в природе, хороводные, подвижные игры, игры со снегом и песком, сюжетно-конструктивные игры из снега и песка, индивидуальная работа.	9.45 – 11.10	1ч.25 мин.
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, обучение культурно-гигиеническим навыкам, потешки.	11.10– 11.25	
Подготовка к обеду. Обед. Обучение культуре еды.	11.25 – 11.55	
Подготовка ко сну. Использование потешек, релаксационные упражнения для укладывания, использование музыкотерапии. Дневной сон.	11.55– 15.00	
Постепенный подъем: специально организованное закаливание, дыхательная гимнастика. Обучение навыкам одевания. Спокойные игры.	15.00 – 15.30	
Уплотненный полдник, с включением блюд ужина. Обучение культуре еды. Использование потешек на положительный приём пищи.	15.30 – 15.50	
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. Сюжетно-ролевые игры и конструктивные игры, индивидуальная работа по звуковой культуре речи (игры на звукоподражание)	15.50 – 16.15	
Непосредственно-образовательная деятельность (подгрупповая) 1 подгруппа 2 подгруппа	16.15-16.23 16.33-16.43	
Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные, хороводные игры, индивидуальная работа по		

освоению ОВД, индивидуальные беседы с родителями.	16.45 – 18.15	1 ч.30 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа по формированию пассивного словаря. Чтение художественной литературы.	18.15 – 18.40	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа по сенсорному развитию. Индивидуальная работа с родителями. Уход домой.	18.40-19.00	
Дома		
Прогулка	19.00-20.00	1 час
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	20.00-20.30	
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	

ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБОУ
ГРУППА 2 МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА (3-4 ГОДА)
Холодное время года

режимные моменты		
Дома: подъём, утренний туалет	6.30-7.30	
В дошкольном учреждении		
Приём детей: беседа с родителями о здоровье детей, осмотр; самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по обучению игровым навыкам, дидактические,	7.00 – 8.00	

хороводные игры.		
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Завтрак. Обучение культурно-гигиеническим навыкам и культуре еды, использование потешек на положительный приём пищи	8.10 – 8.40	
Игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, пальчиковые), самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	8.40 – 9.00	
Непосредственно-образовательная деятельность, занятия со специалистами. Подгрупповая: 1 подгруппа 2 подгруппа	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	2ч.30 мин. в неделю
Гигиенические процедуры. Второй завтрак	9.40-9.55	
Подготовка к прогулке, обучение навыкам самообслуживания. Прогулка: наблюдения за изменениями в природе, хороводные, подвижные игры, игры со снегом и песком, сюжетно-конструктивные игры из снега и песка, индивидуальная работа.	9.55 – 11.40	1ч.45 мин.
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, обучение культурно-гигиеническим навыкам, потешки.	11.40 – 12.00	
Подготовка к обеду. Обед. Обучение культуре еды.	12.00 – 12.30	
Подготовка ко сну. Использование потешек, релаксационные упражнения для укладывания, использование музыкотерапии. Дневной сон.	12.30 – 15.00	2ч.30 мин.

Постепенный подъем: специально организованное закаливание, дыхательная гимнастика. Обучение навыкам одевания. Спокойные игры.	15.00 – 15.40	
Уплотненный полдник, с включением блюд ужина. Обучение культуре еды. Использование потешек на положительный приём пищи.	15.40 – 15.55	
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. Сюжетно-ролевые игры и конструктивные игры, театрализованные игры, индивидуальная работа по звуковой культуре речи (игры на звукоподражание), формированию словаря, пальчиковые игры.	15.50 – 16.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные, хороводные игры, индивидуальная работа по развитию ОВД, индивидуальные беседы с родителями.	16.30– 17.45	1ч.15 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Чтение художественной литературы.	17.45 – 19.00	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа по сенсорному развитию. Индивидуальная работа с родителями. Уход домой.	18.40-19.00	
Дома		
Прогулка	19.00-20.00	1 час
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	20.00-20.30	
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	

ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБОУ

холодное время года

Группа среднего возраста (4-5 лет)

режимные моменты		
Дома: подъём, утренний туалет	6.30-7.30	
В дошкольном учреждении		
Приём детей: беседа с родителями о здоровье детей, осмотр; самостоятельная деятельность, совместная с педагогом сюжетно-ролевая игра, дидактическая, пальчиковые игры. Индивидуальная работа на развитие коммуникативных способностей ребёнка.	7.00 – 8.00	
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Дежурства. Завтрак. Обучение культурно-гигиеническим навыкам и культуре еды.	8.10 – 8.30	
Игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные), самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа по результатам мониторинга.	8.30 – 9.00	
Непосредственно-образовательная деятельность, занятия со специалистами. Подгрупповая: 1 подгруппа	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	4 ч. в неделю

2 подгруппа		
Гигиенические процедуры. Второй завтрак	9.50 – 10.05	
Подготовка к прогулке, обучение навыкам самообслуживания. Прогулка: наблюдения за изменениями в природе , хороводные, подвижные игры, игры со снегом и песком, сюжетно-конструктивные игры из снега и песка, экспериментирование, индивидуальная работа.	10.05 – 11.55	1ч.50 мин.
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, обучение культурно-гигиеническим навыкам.	11.50 -12.10	
Подготовка к обеду. Обед. Обучение культуре еды.	12.10 – 12.30	
Подготовка ко сну. Релаксационные упражнения для укладывания, чтение художественной литературы, использование музыкотерапии. Дневной сон.	12.30 – 15.00	2ч.30м.
Постепенный подъем: специально организованное закаливание, дыхательная гимнастика. Обучение навыкам одевания. Спокойные игры.	15.00 – 15.45	
Уплотненный полдник, с включением блюд ужина. Обучение культуре еды.	15.45 – 16.00	
Игры (дидактические, сюжетно-ролевые) Театр всевозможного. Лего-игра. Индивидуальная работа со специалистами. Досуги. Развлечения	16.00 – 16.50	
Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные, индивидуальная работа по развитию ловкости, координации движений индивидуальные	16.50 – 18.20	1ч.30 мин.

беседы с родителями.		
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Спокойные игры. Чтение художественной литературы.	18.20 – 18.40	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа по сенсорному развитию. Индивидуальная работа с родителями. Уход домой.	18.40-19.00	
Дома		
Прогулка	19.00- 19. 45	45 мин.
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.45-20.30	
Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	

**ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБОУ «ВОЙСКОВИЦКАЯ
СОШ№1»**

**структурное подразделение, реализующее программы дошкольного
образования**

холодное время года

**ГРУППА РАЗНОВОЗРАСТНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ (5-7 лет)**

режимные моменты		
Дома: подъем, утренний туалет	6.30-7.30	
В дошкольном учреждении		
Приём детей: беседа с родителями о здоровье детей, осмотр; самостоятельная деятельность, совместная с педагогом сюжетно-ролевая игра, дидактическая, пальчиковые игры.	7.00 – 8.10	

Индивидуальная работа на развитие коммуникативных способностей ребёнка.		
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Дежурство. Завтрак. Обучение культурно-гигиеническим навыкам и культуре еды.	8.20- 8.40	
Игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные), самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа по результатам мониторинга.	8.40 – 9.00	
Непосредственно-образовательная деятельность, занятия со специалистами. Подгрупповая: 1 подгруппа 2 подгруппа	9.00 -9.25 9.35 – 10.00	6ч.15 м. в неделю
Гигиенические процедуры. Второй завтрак	10.00 – 10.15	
Подготовка к прогулке, обучение навыкам самообслуживания. Прогулка: наблюдения за изменениями в природе, хороводные, подвижные игры, игры со снегом и песком, сюжетно-конструктивные игры из снега и песка, экспериментирование индивидуальная работа.	10.15 – 12.15	2 ч.
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, обучение культурно-гигиеническим навыкам.	12.15 – 12.30	
Подготовка к обеду. Обед. Обучение культуре еды.	12.30 – 13.00	
Подготовка ко сну. Релаксационные упражнения для укладывания, чтение художественной литературы, использование	13.00 – 15.10	2ч.10м.

музыкотерапии. Дневной сон.		
Постепенный подъем: специально организованное закаливание, дыхательная гимнастика. Совершенствование навыков одевания. Спокойные игры.	15.10 – 15.55	
Уплотненный полдник, с включением блюд ужина. Обучение культуре еды.	15.55 – 16.10	
Непосредственно-образовательная деятельность (подгрупповая) художественно-эстетической направленности. Дополнительное образование. Занятия со специалистами. 1 подгруппа 2 подгруппа	16.10 – 16.35 16.45 – 17.10	
Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные, индивидуальная работа по развитию ловкости, координации движений индивидуальные беседы с родителями.	17.10 – 18.35	1ч.30 мин.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность. Спокойные игры. Чтение художественной литературы.	18.35 – 19.00	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа по сенсорному развитию. Индивидуальная работа с родителями. Уход домой.		
Дома		
Прогулка	19.00- 19. 45 45 мин.	45 мин.
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.45-20.30	

Ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	
------------	----------------------	--

**ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБОУ «ВОЙСКОВИЦКАЯ
СОШ№1»**

**структурное подразделение, реализующее программы дошкольного
образования**

холодное время года

**ГРУППА РАЗНОВОЗРАСТНАЯ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ (5-7 лет)**

Время	Режимные моменты	Примечание
Дома		
6.30-7.30	Подъём, утренний туалет	
В дошкольном учреждении		
7.30 – 8.20	Приём, осмотр, работа с родителями, самостоятельная игровая деятельность, дежурство	
8.20 - 8.25	Утренняя гимнастика	
8.25 - 8.40	Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку, завтрак	
8.40 - 9.00	Самостоятельная игровая деятельность, подготовка к НОД	
9.00 –9.25	Непосредственно образовательная деятельность	6ч.15мин.

9.35-10.00		в нед.
10.05 – 10.15	Второй завтрак	
10.15 - 12.25	Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, игры: подвижные, строительные из песка, снега, труд, свободная деятельность, экспериментирование; индивидуальная работа: с педагогом – психологом, учителем – логопедом, коррекционная работа.	2 ч.
12.25 – 12.40	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	
12.40 – 13.00	Подготовка к обеду, обед	
13.00 - 15.00	Подготовка ко сну, сон	2 ч.
15.00 - 15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	
15.20 - 15.35	Подготовка к полднику, полдник с включением блюд ужина	
15.35 - 16.30 НОД 15.35 – 15.55 16.05-16.30	Игры (строительные, сюжетно – ролевые, настольно – печатные, подвижные, театрализованные, дидактические), самостоятельная деятельность детей, непосредственно образовательная деятельность, чтение художественной литературы, коррекционная работа.	
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка, Игры: подвижные, конструктивные с песком и снегом, труд, взаимодействие с родителями, уход домой .	1ч.
Дома		
17.30-18.30	Прогулка	1 ч.
18.30-21.00	Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	
21.00-6.30	Ночной сон	

ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В ТЁПЛЫЙ ПЕРИОД ВРЕМЕНИ ГОДА

Разновозрастная группа комбинированной направленности (5 –7 лет)

Время	Режимные моменты	
Дома		
6.30-7.30	Подъем, утренний туалет	
В дошкольном учреждении		
7.30 –8.20	Приём, осмотр, работа с родителями, индивидуальная работа (на улице)	1ч.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика (на улице)	6-8 мин.

8.30 –9.00	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак	
9.00 –10.00	Самостоятельная деятельность детей. Игры. Индивидуальная работа: с педагогом – психологом, учителем – логопедом, коррекционная работа, чтение художественной литературы	
10.00 – 10.15	второй завтрак	
10.15- 12.05	Подготовка к прогулке, прогулка	1ч.50 мин.
12.05 – 12.20	Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры	
12.20 –12.50	Подготовка к обеду, обед	
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон	
15.00 – 15.20	Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, закаливание	
15.20 –15.40	Полдник	
15.40 –16.20	Самостоятельная деятельность детей. Игры. Досуги. Развлечения. Индивидуальная работа.	
16.20 –17.30	Подготовка к прогулке, прогулка, Игры: подвижные, конструктивные с песком, труд, взаимодействие с родителями, уход домой	1ч.10мин.
Дома		
17.30 –18.30	Прогулка	1 час
18.30-21.00	Возвращение с прогулки, ужин, спокойные игры, чтение художественной литературы, гигиенические процедуры	
21.00-6.30	Ночной сон	

ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

**в МБОУ «Войсковицкая СОШ №1» структурное подразделение, реализующее
программы дошкольного образования**

Группа 1 младшего возраста (1,5– 3)

Дома: подъем, утренний туалет. Гигиенические процедуры	6.30 – 7.30	
---	-------------	--

Приём детей: Осмотр. Игры. Оздоровительная работа: гимнастика, бег на выносливость. (на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях). Индивидуальная работа по развитию движений.	7-00– 8-00	1 час
Подготовка к завтраку. Оздоровительная работа: Гигиенические процедуры, сопровождаем песенками-потешками. Совместная деятельность игровая.	8-00 – 8.20	
Завтрак	8.20 - 8.40	
Самостоятельная деятельность	8.40 – 9.00	
Оздоровительная работа. Дыхательная гимнастика.	9.00 – 9.05	
Совместная деятельность педагога с детьми (гибкое время). Чтение, песенки-потешки, театр. Игровая деятельность.	9.05 – 9.25	
Подготовка ко второму завтраку, Гигиенические процедуры! Второй завтрак.	9.25-9.45	
Прогулка . Игры. Наблюдения. Оздоровительная работа: бег, хождение босиком, контрастные воздушные ванны (перебежки); солнечные ванны и т.д.	9.45 - 11.30	1ч.45 м.
Возвращение с прогулки, водные процедуры: обливание ног. Гигиенические процедуры! подготовка к обеду	11.30 – 11.50- 12.00	
Обед	12.00-12.30	
Подготовка ко сну, Гигиенические процедуры!	12.30– 15.30	

Дневной сон.		
Постепенный подъем. Хожение по дорожкам здоровья. Гигиенические процедуры.	15.30 -16.00	
Подготовка к ужину. Ужин	16.00 – 16.25	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Экспериментируем с песком, водой. Самостоятельная деятельность	16.30 – 18.20	1ч.50м.
Возвращение с прогулки Гигиенические процедуры!	18.20 – 18.35	
Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа. Уход детей домой.	18.35 – 19.00	
Дома		
Прогулка	19.00 – 20.00	1ч.
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Ужин. Чтение художественной литературы.	20.00 – 20.45	
Ночной сон	20.45 – 6.30	

Летний режим дня
МБОУ Войсковицкая СОШ №1 структурное подразделение,
реализующее программы дошкольного образования
Группа 2 младшего возраста (3 - 4)

Дома: подъём, утренний туалет. Гигиенические процедуры	6.30 – 7.30	
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Оздоровительная работа: гимнастика, бег на выносливость. (на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях)	7-00– 8-00	

Подготовка к завтраку. Оздоровительная работа: Гигиенические процедуры, полоскание рта. Совместная деятельность по воспитанию гигиенических навыков	8-05 – 8.30	
завтрак	8.30 - 8.50	
Самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00	
Оздоровительная работа. Дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика.	9.00 – 9.05	
Совместная деятельность педагога с детьми (гибкое время) художественно-эстетической направленности (на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях)	9.05 – 9.20	
Подготовка ко второму завтраку, Гигиенические процедуры! Второй завтрак.	9.20 -9.50	
Прогулка . Игры. Наблюдения. Труд. Оздоровительная работа: бег, хождение босиком, контрастные воздушные ванны (перебежки); солнечные ванны и т.д.	9.50 – 12.00	2ч.10мин.
Возвращение с прогулки, водные процедуры: обливание ног. Гигиенические процедуры! подготовка к обеду	12.00 – 12.25	
обед	12.30 -12.50	
Подготовка ко сну, Гигиенические процедуры! полоскание рта. Дневной сон.	12.50 – 15.00	
Постепенный подъем. Хождение по дорожкам здоровья. Влажные обтирания лица, шеи, рук.	15.00 -16.00	

Гигиенические процедуры. Совместная игровая деятельность воспитателя с детьми.		
Подготовка к ужину. Ужин	16.10 – 16.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Развлечения. Совместная деятельность воспитателя с детьми. Экспериментируем с песком, водой Самостоятельная деятельность, труд	16.30 – 18.20	1ч.50мин.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры!	18.20 – 18.35	
Самостоятельная деятельность.	18.35 – 19.00	
Дома		
Прогулка	19.00 – 20.00	1ч.
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Ужин. Чтение художественной литературы.	20.00 – 20.45	
Ночной сон	20.45 – 6.30	

Летний режим дня
МБОУ Войсковицкая СОШ №1 структурное подразделение,
реализующее программы дошкольного образования
Группа среднего возраста (4-5лет)

Дома: подъём, утренний туалет. Гигиенические процедуры	6.30 – 7.30	
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Оздоровительная работа: гимнастика, бег на выносливость.	7-00– 8-00	

(на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях)		
Подготовка к завтраку. Оздоровительная работа: Гигиенические процедуры, полоскание рта. Совместная деятельность (дежурство)	8-05 – 8.30	
завтрак	8.30 - 8.50	
Самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00	
Оздоровительная работа. Дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика.	9.00 – 9.10	
Совместная деятельность педагога с детьми (гибкое время) художественно-эстетической направленности (на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях).	9.10 – 9.30	
Подготовка ко второму завтраку, Гигиенические процедуры! Второй завтрак.	9.30 -10.00	
Прогулка . Игры. Наблюдения. Труд. Оздоровительная работа: бег, хождение босиком, контрастные воздушные ванны (перебежки); солнечные ванны и т.д.	10.00 – 12.00	
Возвращение с прогулки, водные процедуры: обливание ног. Гигиенические процедуры! подготовка к обеду	12.00 – 12.25	
обед	12.30 -12.50	
Подготовка ко сну, Гигиенические процедуры! полоскание рта. Дневной сон.	12.50 – 15.00	

Постепенный подъем. Хожение по дорожкам здоровья. Влажные обтирания лица, шеи, рук. Гигиенические процедуры. Совместная игровая деятельность воспитателя с детьми.	15.00 -16.00	
Подготовка к ужину. Ужин	16.10 – 16.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Совместная деятельность воспитателя с детьми Экспериментируем с песком, водой Самостоятельная деятельность, труд	16.30 – 18.20	
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры!	18.20 – 18.35	
Самостоятельная деятельность.	18.35 – 19.00	
Дома		
Прогулка	19.00 – 20.00	
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Ужин. Чтение художественной литературы.	20.00 – 20.45	
Ночной сон	20.45 – 6.30	

Летний режим дня
МБОУ Войсковицкая СОШ №1 структурное подразделение
«Детский сад»

Разновозрастная группа общеразвивающей направленности 5-7 лет

Дома: подъём, утренний туалет. Гигиенические	6.30 – 7.30	
--	-------------	--

процедуры		
В образовательном учреждении		
Приём детей. Осмотр. Игры. Оздоровительная работа: гимнастика, бег на выносливость. (на открытом воздухе при благоприятных метеорологических условиях)	7-00– 8-00	
Подготовка к завтраку. Оздоровительная работа: Гигиенические процедуры, полоскание рта. Совместная деятельность (дежурство)	8-05 – 8.30	
завтрак	8.30 - 8.50	
Самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00	
Оздоровительная работа. Дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика.	9.00 – 9.10	
Совместная деятельность педагога с детьми (гибкое время)	9.10 – 9.35	
Подготовка ко второму завтраку, Гигиенические процедуры! Второй завтрак.	9.35 -10.05	
Прогулка . Игры. Наблюдения. Труд. Оздоровительная работа: бег, хождение босиком, контрастные воздушные ванны (перебежки); солнечные ванны и т.д.	10.05 – 12.20	
Возвращение с прогулки, водные процедуры: обливание ног. Гигиенические процедуры! подготовка к обеду	12.20 – 12.45	
обед	12.45-13.05	
Подготовка ко сну, Гигиенические процедуры!	13.05– 15.20	

полоскание рта. Дневной сон.		
Постепенный подъем. Хождение по дорожкам здоровья. Влажные обтирания лица, шеи, рук. Гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность.	15.20 -16.10	
Подготовка к ужину. Ужин	16.10 – 16.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры. Совместная деятельность воспитателя с детьми. Экспериментируем с песком, водой Самостоятельная деятельность, труд	16.30 – 18.20	
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры!	18.20 – 18.35	
Самостоятельная деятельность.	18.35 – 19.00	
Дома		
Прогулка	19.00 – 20.00	
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры. Ужин. Чтение художественной литературы.	20.00 – 20.45	
Ночной сон	20.45 – 6.30	

1-Указана общая длительность, включая перерывы. **Распорядок дня является примерным, его можно корректировать с учетом особенностей МБОУ (климата, времени года, длительности светового дня и т.д.).**

«Утверждаю»

Вариативные режимы для детей МБОУ «Войсковицкая СОШ №1» структурное подразделение, реализующее программы дошкольного образования.

№	Режим	Длительность	Рекомендации
1	Адаптационный режим	2 – 3 недели	1.Сокращённое пребывание детей в МБОУ(дошкольные группы) в течении 2 – 3 недель 2.Постепенное привыкание: от 1 часа до обеда, затем до вечерней прогулки. 3.Создание благоприятного эмоционального климата
2	Щадящий режим после перенесённых заболеваний (ОРЗ, грипп, ветряная оспа, краснуха, кишечные инфекции)	1 неделя	1.Освобождение от проведения закаливающих перенесённых острых процедур на 1 неделю. 2.Сокращение приёма воздушных ванн на 5 минут в течение 1 недели. 3.Снижение кратности упражнений в течение 1 недели. 4.Сокращение режима двигательной активности ребёнка на прогулке. Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку.
3	Щадящий режим после перенесённых заболеваний (пневмонии, острый пиелонефрит, гепатит и др.)	2 недели	1.Освобождение от проведения закаливающих перенесённых процедур на 2 недели. 2.Снижение кратности упражнений в течение 1 недели. 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон
4	Щадящий режим для детей с 3,4 группой здоровья	Индивидуально по рекомендации врача	1.Освобождение от проведения закаливающих процедур 6 месяцев. 2.Освобождение от физкультурных занятий индивидуально по рекомендации врача сроком до месяца. 4.Оздоровительный бег заменить дозированной ходьбой 3.Контроль со стороны воспитателя и специалистов за двигательной активностью ребёнка в течение дня, включая прогулку. 4.Пролонгированный сон.
5	Щадящий режим после перенесённого отита	1-2 недели	1.Уменьшение двигательной нагрузки на физкультурных занятиях

			за счёт исключения переворотов, наклонов, вращений.
6	Щадящий режим для часто и длительно болеющих детей		1. Щадящий режим выхода на прогулку: одевать на прогулку последними; - раздевать с прогулки первыми. 2. Контроль со стороны воспитателя за температурой кистей рук и стоп. 3. На прогулке занимать в играх малой подвижности. 4. Учитывая индивидуальность терморегуляции и теплообмена, разрешать находиться в групповом помещении в одежде по более «тёплому» варианту, чем остальные дети. 5. По рекомендации врача, учитывая состояние здоровья, сократить пребывание ребёнка в детском саду (до обеда, до полдника) в течение 2 недель. 6. Предоставить дополнительный выходной день в неделю. 7. Пролонгированный сон. - первым укладывать на дневной сон; - последним поднимать после сна.