

Выписка с ООПОП ДО, АООП

Утверждено  
заведующим  
МАДОУ ЦРР-д/с№32  
заведующий \_\_\_\_\_  
Дементьева Л.В.

## **Вариативные режимы дня на 2022-2023 учебный год**

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп общеразвивающей направленности**

Режимные моменты	Первая младшая группа «Репка»	Первая младшая группа «Курочка Ряба»	Первая младшая группа «Колобок»
<b>Дома</b>			
Подъем, гигиенически процедуры	7.00.-7.30	7.00.-7.30	7.00.-7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>			
Приём, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, прогулка	7.30-8.30	7.30.-8.30.	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (развивающих подгрупповых образовательных ситуаций на игровой основе) включая перерывы	9.00-9.30.	9.00-9.30.	9.00-9.30.
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50	10.30-10.50
Подготовка к прогулке	9.30-9.40	9.30-9.40	9.30 -9.40
Прогулка (игры, наблюдение, труд), возвращение с прогулки	9.40-11.40	9.40-11.40	9.40-11.40
Подготовка к обеду	11.40-11.50	11.40-11.50	11.40-11.50
Обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10	12.10-15.10	12.10-15.10
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия	15.10-15.25	15.10-15.25	15.10-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40
Самостоятельная деятельность, игры	15.40-15.55	15.40-15.55	15.40-15.55
Подготовка к образовательной деятельности. Рекомендуемое время для образовательной деятельности (развивающих подгрупповых образовательных ситуаций на игровой основе) включая перерывы	15.55-16.05 – (понедельник, вторник, четверг)  15.55-16.25 (среда, пятница)	15.55-16.05 – (понедельник, среда, четверг, пятница)  15.55-16.25 (вторник)	15.55-16.05 – (понедельник, вторник, четверг, пятница)  15.55-16.25 (среда)
Игры, досуги, самостоятельная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми	16.05. -16.30 (понедельник, вторник, четверг)  16.25. - 16.40. (среда, пятница)	16.05. -16.30 (понедельник, среда, четверг, пятница)  16.25. - 16.40. (вторник)	16.15. -16.30 (понедельник, вторник, четверг, пятница)  16.25. - 16.40. (среда)

Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.30 (понедельник, вторник, четверг)	16.30-17.30 (понедельник, среда, четверг, пятница)	16.30-17.30 (понедельник, вторник, четверг, пятница)
	16.40.-17.30. (среда, пятница)	16.40.-17.30. (вторник)	16.40.-17.30. (среда)
Возвращение с прогулки, игры, индивидуальная работа	17.30.-18.00.	17.30.-18.00.	17.30.-18.00.
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00.	До 18.00
<b>Дома</b>			
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00
Ночной сон	19.00-7.00.	19.00-7.00.	19.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Вторая младшая группа «Заюшкина избушка»</b>	<b>Вторая младшая группа «Геремок»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность.	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций на игровой основе) включая перерывы	9.00-10.10. (понедельник, вторник) 9.00. -9.40. (четверг, пятница) 9.00. -9.50. (среда)	9.00-9.40. (понедельник, четверг) 9.00. -9.45. (вторник, среда, пятница)
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность по интересам, общение), возвращение с прогулки	10.10. -12.00. (понедельник, вторник) 9.40-12.00. (четверг, пятница) 9.50. -12.00 (среда)	9.40. -12.00. (понедельник, четверг) 9.45-12.00. (вторник, среда, пятница)
Подготовка к обеду Обед	12.00.- 12.20.	12.00.- 12.20.
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.55	15.35-15.50
Игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность по интересам.	15.55-16.25	15.50-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.40	16.20-17.40
Возвращение с прогулки, игры, индивидуальная работа	17.40.-18.00.	17.40.-18.00.
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-19.00	18.00-19.00
Ночной сон	19.00-7.00.	19.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- Д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Средняя группа «Красная шапочка»</b>	<b>Средняя группа «Маша и медведь»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.25	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.40	8.25-8.40
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.40-9.00	8.40-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций на игровой основе) включая перерывы	9.00-9.45- (понедельник) 9.00 -9.50. - (вторник, пятница) 9.00-10.00. - (среда, четверг)	9.00. -9.50. (понедельник, вторник, четверг) 9.00. - 10.10. - (пятница) 9.00. -10.30. - (среда)
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность по интересам, общение), возвращение с прогулки	9.45. -12.15 (понедельник) 9.50-12.15 (вторник, пятница) 10.00. -12.15 (среда, четверг)	9.50. -12.15 (понедельник, вторник, четверг) 10.00. - 12.15. (пятница) 10.30. -12.15 (среда)
Самостоятельная деятельность	12.15.-12.30	12.15.-12.30
Подготовка к обеду Обед	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.20-15.35	15.20-15.35
Полдник	15.35-15.55	15.35-15.55
Самостоятельные игры, досуг, общение, самостоятельная деятельность по интересам, совместная деятельность педагога с детьми	15.55-16.25	15.55-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка	16.25-17.40	16.25-17.40
Возвращение с прогулки, игры,	17.40.-18.00	17.40.-18.00

индивидуальная работа		
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золушка»</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	9.00-10.00.
Самостоятельная деятельность по выбору и интересам	10.00. -10.15.
Второй завтрак	10.30.-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность по интересам, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.15 -12.25.
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Подготовка к образовательной деятельности. Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	15.55. -16.20. (понедельник, четверг) 15.45. - 16.10. (вторник) 16.10. -16.35 (среда) 16.25. – 16.50. (пятница)
Дополнительное образование	15.55. – 16.20. (среда)
Игры, досуг, общение, самостоятельная деятельность по интересам, совместная деятельность педагога с детьми	16.20. -16.40 (понедельник, четверг) 16.10 – 16.40 (вторник) 16.35. – 16.50. (среда) 15.45. – 16.25 (пятница)
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40. -17.35 (понедельник, вторник, четверг) 16.50-17.35 (среда, пятница)

Возвращение с прогулки, игры, индивидуальная работа	17.35.-18.00
Уход детей домой	До 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.



**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная группа «Аленький цветочек»</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	9.00-10.50
Второй завтрак	10.30.-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность по интересам, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.50. -12.30.
Самостоятельная деятельность	12.30.-12.40.
Подготовка к обеду, обед	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.45
Дополнительное образование	15.55. – 16.25. (понедельник) 15.55. – 16.25. (четверг)
Игры, досуги, общение, самостоятельная деятельность по интересам, совместная деятельность педагога с детьми	15.45-17.05.
Подготовка к прогулке, прогулка	17.05. – 17.45.
Возвращение с прогулки, игры, индивидуальная работа	17.45.-18.00
Уход детей домой	До 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Дюймовочка 1»</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Дюймовочка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, общение, свободные игры, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30.-8.30.	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	9.00-10.50. 9.00. - 11.30 (понедельник)	9.00-10.50. 9.00. - 11.30 (понедельник)
Групповые и индивидуальные коррекционные занятия с учителем-логопедом, педагогом-психологом	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога
Второй завтрак	10.30.-10.50.	10.30.-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.50. - 12.30.	10.50. - 12.30.
Самостоятельная деятельность	12.30.-12.40.	12.30.-12.40.
Подготовка к обеду Обед	12.40-12.50	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50	15.35-15.50
Дополнительное образование	16.30. -17.00 (среда) 15.55-16.25. (пятница)	16.30. -17.00 (среда) 15.55-16.25. (пятница)
Индивидуальные и подгрупповые коррекционные занятия воспитателя	15.50. -16.20	15.50. -16.20

с детьми по заданию учителя-логопеда		
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20.-17.40.	16.20.-17.40.
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность по интересам	17.40.-18.00	17.40.-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Русалочка 1»</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Русалочка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30.-8.30.	7.30.-8.30.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30.-8.45	8.30.-8.45
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Самостоятельная деятельность, подготовка образовательной деятельности	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательные ситуации) включая перерывы	9.00-10.50	9.00-10.50. 9.00. -11.20 (пятница)
Групповые и индивидуальные коррекционные занятия с учителем-логопедом, педагогом-психологом	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога
Второй завтрак	10.30.-10.50.	10.30.-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.50. -12.30	10.50. -12.30 11.20. – 12.30 (пятница)
Самостоятельная деятельность	12.30. – 12.40.	12.30. – 12.40.
Подготовка к обеду Обед	12.40-12.50	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50	15.35-15.45
Дополнительное образование	16.35-17.05 (понедельник) 16.35-17.05 (пятница)	16.35-17.05 (понедельник) 16.35-17.05 (пятница)
Индивидуальные и подгрупповые коррекционные занятия	15.50. -16.20	15.50. -16.20

воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда		
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 -17.40	16.20 -17.40
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность по интересам	17.40.-18.00	17.40.-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00.	18.00-20.00.
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золотая рыбка 1»</b>	<b>Старшая группа «Золотая рыбка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30.-8.30.	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная игра и подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	9.00. -10.00. (понедельник, среда) 8.00. -9.25. (вторник, четверг, пятница)	9.00. -10.00. (понедельник, среда) 8.00. -9.25. (вторник, четверг, пятница)
Групповые и индивидуальные коррекционные занятия с учителем-логопедом, педагогом-психологом	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.00. -12.25. (понедельник, среда) 9.25. -12.25 (вторник, четверг, пятница)	10.00. -12.25. (понедельник, среда) 9.25. -12.25 (вторник, четверг, пятница)
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.45	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.15-15.35	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50	15.35-15.50
Подготовка к образовательной деятельности. Рекомендуемое время для проведения образовательная деятельность (образовательных ситуаций)	15.55. -16.20	15.55. -16.20
Дополнительное образование	15.55-16.20 (вторник)	15.55-16.20 (вторник)

Индивидуальные и подгрупповые коррекционные занятия воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда	16.20.-16.45.	16.20.-16.45.
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45. -17.40.	16.45. -17.40.
Возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность по интересам	17.40.-18.00	17.40.-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00.	18.00-20.00.
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на холодный период года (сентябрь-май)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
для групп компенсирующей направленности (ЗПР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золотой ключик 1»</b>	<b>Старшая группа «Золотой ключик 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры, общение, утренняя гимнастика, прогулка, деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	9.00-10.00	9.00-10.00
Групповые и индивидуальные коррекционные занятия с учителем-логопедом, педагогом-психологом, учителем-дефектологом	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога, учителя-дефектолога	По расписанию учителя-логопеда, педагога-психолога, учителя-дефектолога
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность, экспериментирование), возвращение с прогулки	10.00. - 12.25.	10.00. - 12.25.
Подготовка к обеду, обед	12.25-12.45	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, самостоятельная деятельность	15.15-15.35	15.15-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.50	15.35-15.50
Подготовка к образовательной деятельности Рекомендуемое время для проведения образовательной деятельности (образовательных ситуаций) включая перерывы	15.55-16.20 (понедельник, четверг) 16.30. – 16.55. (вторник, среда) 16.20. – 16.45 (пятница)	15.55-16.20 (понедельник, четверг) 16.30. – 16.55. (вторник, среда) 16.20. – 16.45 (пятница)
Индивидуальные и подгрупповые коррекционные занятия воспитателя с детьми по заданию учителя-логопеда	16.20 -16.45 (понедельник, четверг) 15.55 – 16.20 (среда) 16.55. - 17.20. (вторник) 16.45. – 17.10 (пятница)	16.20 -16.45 (понедельник, четверг) 15.55 – 16.20 (среда) 16.55. - 17.20. (вторник) 16.45. – 17.10 (пятница)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, игры, самостоятельная деятельность по интересам	16.45-18.00 (понедельник, четверг) 16.20. – 18.00. (среда) 17.20. – 18.00 (вторник)	16.45-18.00 (понедельник, четверг) 16.20. – 18.00. (среда) 17.20. – 18.00 (вторник)



	17.10. – 18.00 (пятница)	17.10. – 18.00 (пятница)
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00.	18.00-20.00.
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год  
групп общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Первая младшая «Репка»</b>	<b>Первая младшая группа «Колобок»</b>	<b>Первая младшая группа «Курочка Ряба»</b>
<b>Дома</b>			
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>			
Приём, осмотр, общение, прогулка, свободные игры на воздухе, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.30-8.30	7.30.-8.30.	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к мероприятиям	8.50.-9.00.	8.50.-9.00.	8.50.-9.00.
Рекомендуемой время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла (все мероприятия могут проводится на воздухе)	9.00. – 9.10.	9.00. – 9.10.	9.00. – 9.10.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд).	9.10-11.20	9.10-11.20	9.10-11.20
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50	10.30-10.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.20.-11.40.	11.20.-11.40.	11.20.-11.40.
Подготовка к обеду	11.40-11.50	11.40-11.50	11.40-11.50
Обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10	12.10-15.10	12.10-15.10
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения закаливающие процедуры, гигиенические процедуры.	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность, игры, общение, рекомендуемое время для проведения развлекательных мероприятий, совместной деятельности педагога с детьми (все мероприятия могут проводится и на	15.50.–16.15.	15.50-16.15	15.50-16.15

воздухе)			
Подготовка к прогулке, прогулка, мероприятия,	16.15.-18.00.	16.15.-18.00.	16.15.-18.00.
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00.	До 18.00
<b>Дома</b>			
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00
Ночной сон	19.00-7.00.	19.00-7.00.	19.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год в группах  
общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Вторая младшая группа «Заюшкина избушка»</b>	<b>Вторая младшая группа «Теремок»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по и интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к мероприятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводится и на воздухе)	9.00. -10.10 (понедельник, вторник) 9.00. – 9.50. (среда) 9.00. – 9.40. (четверг, пятница)	9.00. – 9.40. (понедельник, четверг) 9.00. – 9.45. (вторник, среда) 9.00. – 9.50 (пятница)
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность детей)	10.00-11.20 (понедельник, вторник) 9.50. - 11.20. (среда) 9.40. - 11.20. (четверг, пятница)	9.40. - 11.20 (понедельник, четверг) 9.45. -11.20 (вторник, среда) 9.50. – 11.20. (пятница)
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.20.-11.40	11.20.-11.40
Подготовка к обеду	11.40-11.50	11.40-11.50
Обед	11.50-12.10	11.50-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10-15.10	12.10-15.10
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность, игры,	15.50.-16.15.	15.50.-16.15.

общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)		
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия на прогулке, игры, самостоятельная деятельность.	16.15-18.00	16.15-18.00
Уход детей домой	до 18.00	до 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-19.00	18.00-19.00
Ночной сон	19.00-7.00.	19.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023  
учебный год в группах общеразвивающей направленности**

Режимные моменты	Средняя группа «Красная шапочка»	Средняя группа «Маша и медведь»
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	9.00. – 9.45. (понедельник) 9.00. – 9.50. (вторник, пятница) 9.00. - 10.00 (среда, четверг)	9.00. – 9.50. (понедельник, вторник, четверг) 9.00. -10.30 (среда) 9.00. – 10.10. (пятница)
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд), самостоятельная деятельность детей	9.45. -11.50. (понедельник) 9.50. – 11.50 (вторник, пятница) 10.00. – 11.20. (среда, четверг)	9.50. -11.50. (понедельник, вторник, четверг) 10.30. 11.50. – (среда) 10.10. – 11.50. (пятница)
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.50.-12.10	11.50.-12.10
Подготовка к обеду	12.10-12.20	12.10-12.20
Обед	12.20-12.40	12.20-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10	12.40-15.10
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры самостоятельная деятельность	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50
Самостоятельная деятельность, игры,	15.50-16.20	15.50-16.20

общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)		
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия на прогулке, игры, самостоятельная деятельность.	16.20-18.00	16.20-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год в группах  
общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золушка»</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём, осмотр, свободные игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятий могут проводиться на воздухе)	9.00. – 9.25.
Второй завтрак	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность детей, экспериментирование)	9.25.-12.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей.	12.00.-12.20.
Подготовка к обеду	12.20-12.25
Обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, развлекательные мероприятия на прогулке, игры, самостоятельная деятельность.	16.15-18.00
Уход детей домой	До 18.00



<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год в группах  
общеразвивающей направленности**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная группа «Аленький цветочек»</b>
<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём, осмотр, свободные игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям	8.45-9.00 8.45. – 9.40 - четверг
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	9.00. – 10.10 9.40. – 10.50. - четверг
Второй завтрак	10.30-10.50.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, самостоятельная деятельность детей, экспериментирование)	10.50. -12.05 – четверг 10.10 – 12.05
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей	12.05.-12.25.
Подготовка к обеду	12.25-12.30
Обед	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, развлекательные мероприятия на прогулке, игры, самостоятельная деятельность.	16.15-18.00
Уход детей домой	До 18.00

<b>Дома</b>	
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год в группах  
компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золотая рыбка 1»</b>	<b>Старшая группа «Золотая рыбка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём (на воздухе), осмотр, игры, общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельно деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводится и на воздухе)	9.00. -9.25	9.00. -9.25
Второй завтрак	10.30-10.50.	10.30-11.00.
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей)	9.25.- 12.00	9.25.-12.00.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей	12.00.-12.20.	12.00.-12.20.
Подготовка к обеду	12.20-12.25	12.20-12.25
Обед	12.25-12.45	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.45-15.15
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с	15.45-16.15	15.45-16.15

детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)		
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия на прогулке, игры, самостоятельная деятельность.	16.15-18.00	16.15-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР-д/с№32 на 2022-2023 учебный год  
в группах компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Русалочка 1»</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Русалочка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры (на воздухе) общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	9.00. – 10.10. (понедельник, среда, пятница) 9.00. – 10.00 (среда) 9.00. -10.50 (четверг)	9.00. – 10.10. (понедельник, среда, пятница) 9.00. – 10.00 (среда) 9.00. -10.50 (четверг)
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей)	9.30.-12.05.	9.30.-12.05.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей	12.05-12.25	12.05-12.25
Подготовка к обеду	12.25-12.30	12.25-12.30
Обед	12.30-12.45	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15.	12.45-15.15.
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)	15.45-16.15	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия, игры,	16.15-18.00	16.15-18.00

самостоятельная деятельность.	По расписанию	По расписанию
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР-д/с№32 на 2022-2023 учебный год  
в группах компенсирующей направленности (ТНР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Дюймовочка 1»</b>	<b>Подготовительная к школе группа «Дюймовочка 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводится и на воздухе)	10.20. – 11.00 (понедельник) 9.00. – 10.10 (вторник, четверг) 9.00. – 10.50. (среда, пятница)	10.20. – 11.00 (понедельник) 9.00. – 10.10 (вторник, четверг) 9.00. – 10.50. (среда, пятница)
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей)	8.45. – 10.20, 11.00. - 12.05 (понедельник) 10.10.-12.05. (вторник, четверг) 10.50. - 12.05 (вторник, четверг)	8.45. – 10.20, 11.00. - 12.05 (понедельник) 10.10.-12.05. (вторник, четверг) 10.50. - 12.05 (вторник, четверг)
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей	12.05-12.25	12.05-12.25
Подготовка к обеду	12.25-12.30	12.25-12.30
Обед	12.30-12.45	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15.	12.45-15.15.
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с	15.45-16.15	15.45-16.15

детьми (все мероприятия могут проводиться и на воздухе)		
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия, игры, самостоятельная деятельность	16.15-18.00	16.15-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	18.00-20.00
Ночной сон	20.00-7.00.	20.00-7.00.

**Режим дня на летний оздоровительный период года (июнь-август)  
в МАДОУ ЦРР- д/с №32 на 2022-2023 учебный год в группах  
компенсирующей направленности (ЗПР)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа «Золотой ключик 1»</b>	<b>Старшая группа «Золотой ключик 2»</b>
<b>Дома</b>		
Подъем, утренний туалет	7.00.-7.30.	7.00.-7.30.
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Приём, осмотр, свободные игры (на воздухе), общение, утренняя гимнастика (на воздухе), прогулка, самостоятельная деятельность по интересам	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45	8.25-8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к развлекательным мероприятиям.	8.45-9.00	8.45-9.00
Рекомендуемое время для проведения мероприятий художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла, включая перерывы (все мероприятия могут проводится и на воздухе)	9.00. – 9.25.	9.00. – 9.25.
Второй завтрак	10.30-10.50	10.30-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдение, труд, экспериментирование, самостоятельная деятельность детей)	9.25.-12.00.	9.30.-9.40.
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, спокойные игры, самостоятельная деятельность детей	12.00-12.20	9.40-12.25
Подготовка к обеду	12.20-12.25	12.25-12.30
Обед	12.25-12.45	12.30-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15.	12.45-15.15.
Постепенный подъём, гимнастика пробуждения, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.15-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры, общение, развлекательные мероприятия, досуг, совместная деятельность педагога с детьми (все мероприятия могут проводится и на воздухе)	15.45-16.15	15.45-15.55
Подготовка к прогулке, прогулка, развлекательные мероприятия, игры, самостоятельная деятельность	16.15-18.00	15.55-18.00



Уход детей домой	До 18.00	18.00
<b>Дома</b>		
Прогулка, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-20.00	19.30-20.30.
Ночной сон	20.00-7.00.	20.30-7.00.

### **Оздоровительный режим (младший дошкольный возраст) для групп общеразвивающей направленности**

<b>Оздоровительные мероприятия</b>	<b>Особенности организации</b>
Приём детей на воздухе	Ежедневно, до темп. -15 град. и ветре более 7м/с
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
Воздушно-температурный режим: - в группе - в спальне	Ежедневно темп.-18-20 град. Темп-16-18 град.
Сквозное проветривание помещения	2 раза в день, в течение 5-10 минут, температура до 14-16 град
Умывание холодной водой в течение дня	2 раза в день
Непосредственно образовательная деятельность по области «Физическая культура» на прогулке	1 раза в неделю, в зависимости от погодных условий
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	ежедневно, не менее 2 раз в день
Одежда детей в группе	Облегчённая
Сон при открытых форточках	Круглогодично
Гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, хождение по дорожкам здоровья	Ежедневно, по мере пробуждения детей 5-10 минут
Целевые прогулки, походы	1 раз в 3 месяца, начиная с 4 лет, 30-40 минут

**Оздоровительный режим (старший дошкольный возраст)  
для групп общеразвивающей направленности**

<b>Оздоровительные мероприятия</b>	<b>Особенности организации</b>
Приём детей на воздухе	Ежедневно, до темпа. -15 град. и ветре более 7м/с
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
Воздушно-температурный режим: - в группе - в спальне	Ежедневно темп.-20 град. Темп-18-20 град.
Сквозное проветривание помещения	2 раза в день, в течение 10-15 минут, температура до 14-16 град
Умывание холодной водой в течение дня	2 раза в день
Непосредственно образовательная деятельность по области «Физическая культура» на прогулке.	1 раза в неделю, в зависимости от погодных условий
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	ежедневно, не менее 2 раз в день, 15-20 минут
Одежда детей в группе	Облегчённая
Сон при открытых форточках	Круглогодично
Гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, хождение по мокрым дорожкам, дорожкам здоровья	Ежедневно, по мере пробуждения детей 10-15 минут
Целевые прогулки, походы	1 раз в 3 месяца, начиная с 5 лет, 40-60 минут

## **Оздоровительный режим (старший дошкольный возраст) для групп компенсирующей направленности (ТНР, ЗПР)**

### **Оздоровительные мероприятия**

Приём детей на воздухе

Утренняя гимнастика

Воздушно-температурный режим:

- в группе

- в спальне

Сквозное проветривание помещения

Умывание холодной водой в течение дня

Непосредственно образовательная деятельность по области «Физическая культура» на прогулке.

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке

Одежда детей в группе

Сон при открытых форточках

Гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, хождение по мокрым дорожкам, дорожкам здоровья

Целевые прогулки, походы

### **Особенности организации**

Ежедневно, до темпа. -15 град. и ветре более 7м/с

Ежедневно 10 минут

Ежедневно

темп.-20 град.

Темп-18-20 град.

2 раза в день, в течение 10-15 минут, температура до 14-16 град

2 раза в день

1 раза в неделю, в зависимости от погодных условий

ежедневно, не менее 2 раз в день, 15-20 минут

Облегчённая

Круглогодично

Ежедневно, по мере пробуждения детей 10-15 минут

1 раз в 3 месяца, начиная с 4 лет, 40-60 минут

## Организация двигательного режима в группах общеразвивающей направленности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 10	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	Б) на прогулке		1 раз в неделю 15	1 раз в неделю 20	1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	в) физкультурминутки (в середине статического занятия)	-	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
	г) Гимнастика пробуждения	4-5 минут в день	5-6 минут в день	5-8 минут в день	5-10 минут в день	5-10 минут в день
	д) Пробежка по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	ежедневно, 4-5 мин	ежедневно, 4-5 мин	ежедневно, 5-6 мин	ежедневно, 5-7 мин	ежедневно, 5-7 мин
Активный отдых	а) физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год До 60 мин.	2 раза в год До 60 мин.
	В) неделя здоровья		1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
--	--	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

### Организация двигательного режима в группах компенсирующей направленности (ТНР, ЗПР)

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей	
		5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	б) на прогулке	1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
	г) Гимнастика пробуждения	5-10 минут в день	5-10 минут в день
	д) Пробежка по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	ежедневно, 5-7мин	ежедневно, 5-7мин
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 25–30	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	2 раза в год До 60 мин.	2 раза в год До 60 мин.
	в) Неделя здоровья	1 раз в год	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно

