

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ д/с № 69

Иванова М.Ю.

31.08.2021.

РЕЖИМ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД
В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ № 1 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

<i>Дома</i>	
Подъем.	07.00-07.30
<i>В детском саду</i>	
Приём детей, игровая деятельность, конструктивно-модельная деятельность, ситуативные беседы, самостоятельная деятельность под руководством взрослого.	07.00-08.15
Утренняя гимнастика и комплекс закаливающих процедур.	08.15-08.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	08.25-08.55
Сочинение загадок с опорой на наглядность, речь с движением.	08.55-09.00
Непрерывная организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами, физкультминутки.	<i>См. Гибкий режим образовательной нагрузки</i>
Пальчиковые игры, рисование, речь с движением.	
Игры (развитие мелкой моторики рук, закрепление сенсорных эталонов, двигательная деятельность), игры-инсценировки.	
Второй завтрак	10.15-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка: подвижные игры, спортивные упражнения, наблюдения, индивидуальная работа, осуществление контроля общего состояния обучающихся, профилактика переохлаждения.	10.20-12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность под руководством взрослого.	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед.	12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение, дневной сон.	13.00-15.00
Подъём, бодрящая и корригирующая гимнастики после сна, воздушные контрастные ванны, подготовка к полднику.	15.00-15.25
Полдник.	15.25-15.50
«Петербурговедение для малышей», восприятие художественной литературы, сочинение загадок и сказок, составление описательных рассказов с опорой на наглядность, подвижные, хороводные, театрализованные игры, конструктивно-модельная деятельность	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа).	16.35-18.50
Возвращение в детский сад, спокойные игры.	18.50-19.00
Уход домой	19.00
<i>Дома</i>	
Вечерняя прогулка, возвращение домой, ужин, чтение, поддерживающие и профилактические процедуры, гигиенические процедуры	19.00-20.00
Ночной сон	20.00-07.00