

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ д/с № 69

Иванова М.Ю.

31.08.2021.



**ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ № 1  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

<i>Дома</i>	
Подъем	<b>07.00-07.30</b>
<i>В детском саду</i>	
Приём детей, игры по собственному замыслу, коллективная конструктивно-модельная деятельность, дидактические игры	<b>07.00-08.13</b>
Утренняя гимнастика	<b>08.13-08.25</b>
Подготовка к завтраку, завтрак По показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи.	<b>08.25-08.45</b>
Ситуативные беседы нравственно-этического характера, подготовка к непрерывной образовательной деятельности	<b>08.45-09.00</b>
Непрерывная образовательная деятельность Во время НОД больше времени уделять ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, сократить продолжительность занятия, обеспечить рациональную двигательную активность в группе, следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности)	<b>09.00-09.30</b>
Спокойные игры с правилами	<b>09.30-09.40</b>
Непрерывная образовательная деятельность В случае утомления ребенка, может быть отменено	<b>09.40-10.10</b>
Второй завтрак	<b>10.10-10.20</b>
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдение, труд) Обеспечить рациональную двигательную активность на прогулке (исключить активные подвижные игры), следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).	<b>10.35-12.35</b>
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	<b>12.35-12.45</b>
Обед По показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи.	<b>12.45-13.15</b>
Подготовка ко сну, дневной сон Увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним. Обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием, перевести на режим, соответствующий более раннему возрасту.	<b>13.15-15.15</b>
Постепенный подъем, корригирующая гимнастика после сна, подготовка к полднику	<b>15.15-15.35</b>
Полдник	<b>15.35-15.50</b>
Чтение, беседы, разучивание стихотворений, словесное творчество	<b>15.50-16.00</b>
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка (наблюдение)	<b>16.50-18.50</b>
Возвращение в детский сад, спокойные игры	<b>18.50-19.00</b>
Уход домой	<b>19.00</b>
<i>Дома</i>	
Вечерняя прогулка, возвращение домой, ужин, чтение, поддерживающие и профилактические процедуры, гигиенические процедуры	<b>19.00-20.30</b>
Ночной сон	<b>20.30-07.00</b>