

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ д/с № 69

Иванова М.Ю.

31.08.2021.



**ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ № 2
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

| | |
|--|-------------|
| <i>Дома</i> | |
| Подъем | 07.00-07.30 |
| <i>В детском саду</i> | |
| Приём детей, игры по собственному замыслу, коллективная конструктивно-модельная деятельность, дидактические игры | 07.00-08.13 |
| Утренняя гимнастика | 08.13-08.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.25-08.45 |
| По показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи. | |
| Ситуативные беседы нравственно-этического характера, подготовка к непрерывной образовательной деятельности | 08.45-09.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 09.00-09.30 |
| Во время НОД больше времени уделять ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлекаться, сократить продолжительность занятия, обеспечить рациональную двигательную активность в группе, следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности) | |
| Спокойные игры с правилами | 09.30-09.40 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 09.40-10.10 |
| В случае утомления ребенка, может быть отменено | |
| Второй завтрак | 10.10-10.20 |
| 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). | 10.35-12.35 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 12.35-12.45 |
| Обед | 12.45-13.15 |
| По показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи. | |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.15-15.15 |
| 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. | |
| Постепенный подъем, корригирующая гимнастика после сна, подготовка к полднику | 15.15-15.35 |
| Полдник | 15.35-15.50 |
| Чтение, беседы, разучивание стихотворений, словесное творчество | 15.50-16.00 |
| Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка (наблюдение) | 16.50-18.50 |
| 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 | 19.00-20.30 |
| Ночной сон | 20.30-07.00 |