

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ  
ГРУППЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА  
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №10 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА  
На 2018-2019 учебный год

№	ФОРМЫ РАБОТЫ	ВРЕМЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ	ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ
1	Физическое развитие	1-ая и 2-ая половина дня	2 раза в неделю 10- 15 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	8 мин.
3	Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости	3-5 мин.
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	Во время прогулки ежедневно	Подгруппами 10 мин.
5	Индивидуальная работа по развитию движений	В течение дня на прогулке и в группе	5-10 мин.
6	«Тропа здоровья»	Ежедневно после сна	5-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно на прогулке и в группе	По желанию детей

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ  
ГРУППЫ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА  
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №10 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА  
На 2018-2019 учебный год

№	ФОРМЫ РАБОТЫ	ВРЕМЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ	ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ
1	Физическое развитие	1-ая половина дня	2 раза в неделю 10- 15 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	10 мин.
3	Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости	3-5 мин.
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	Во время прогулки ежедневно	Подгруппами 10-15 мин.
5	Индивидуальная работа по развитию движений	В течение дня на прогулке и в группе	5-10 мин.
6	«Тропа здоровья»	Ежедневно после сна	5-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно на прогулке и в группе	По желанию детей
8	Физкультурный досуг	2 раза в год в течение дня	10- 15 мин

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ  
ГРУППЫ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА  
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №10 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА  
На 2018-2019 учебный год

№	ФОРМЫ РАБОТЫ	ВРЕМЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ	ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ
1	Физическое развитие	1-ая половина дня	2 раза в неделю 20 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	10 мин.
3	Физкультминутка	В середине малоподвижного занятия	3-5 мин.
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	Во время прогулки ежедневно	Подгруппами 10-15 мин.
5	Индивидуальная работа по развитию движений	В течение дня на прогулке и в группе	5-10 мин.
6	«Тропа здоровья»	Ежедневно после сна	5-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно на прогулке и в группе	По желанию детей
8	День здоровья	2 раза в год	20 мин.
9	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, во второй половине дня	20 мин.

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ  
ГРУППЫ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА  
ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД №10 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА  
На 2018-2019 учебный год

№	ФОРМЫ РАБОТЫ	ВРЕМЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ	ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ
1	Физическое развитие	1-ая и 2-ая половина дня	2 раза в неделю 25-30 мин.
			1 раз в неделю 25-30 мин. На улице
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	10-15 мин.
3	Физкультминутка	В середине малоподвижного занятия	3-5 мин.
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	Во время прогулки ежедневно	Подгруппами 15-20 мин.
5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно на прогулке	10-15 мин.
6	«Тропа здоровья»	Ежедневно после сна	5-10 мин.
7	Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно на прогулке и в группе	По желанию детей
8	День здоровья	2 раза в год	25-30 мин
9	Физкультурный досуг	1 раз в месяц, во второй половине дня	25-30 мин.
10	Спортивный праздник	1-2 раза в год	35-40 мин

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДНЯ  
В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА  
На 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	7.00 - 8.20
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ	8.20 - 8.30
ЗАВТРАК	8.30 - 8.50
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	8.50 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПОДГРУППАМ I ПОДГРУППА	9.00 - 9.10
II ПОДГРУППА	9.20 - 9.30
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.30 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ, ПРОГУЛКА	10.10 - 11.25
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	11.25 - 11.35
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	11.35 - 12.00
ПОДГОТОВКА К ДНЕВНОМУ СНУ, СОН	12.00 - 15.00
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ	15.00 - 15.30
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.30 - 15.40
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.40 - 15.55
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.55 - 16.30
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.30 - 16.55
ПРОГУЛКА	16.55 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДНЯ  
В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ  
НА 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	07.00 - 08.25
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	08.25 - 08.55
ПОДГОТОВКА К НОД	08.55 - 09.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.00 -09.15
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.25 – 09.40
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.15 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ, ПРОГУЛКА	10.10 - 11.50
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	11.50 - 12.10
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.10 - 12.45
ДНЕВНОЙ СОН	12.45 - 15.00
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ, ВОЗДУШНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ	15.00 -15.30
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ ПОЛДНИК	15.30 - 15.50
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.50 - 16.20
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.20 - 16.50
ПРОГУЛКА	16.50 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДНЯ  
В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	07.00 - 08.30
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	08.30 - 08.55
ПОДГОТОВКА К НОД	08.55 - 09.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.00 - 09.20
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.30 – 09.50
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	09.20 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10.10 - 10.30
ПРОГУЛКА	10.30 - 12.00
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	12.00 - 12.15
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.15 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, ДНЕВНОЙ СОН	12.50 - 15.00
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ	15.00 - 15.30
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.30 - 16.00
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	16.00 - 16.30
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.30 - 16.50
ПРОГУЛКА	16. 50 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДНЯ  
В СТАРШЕЙ ГРУППЕ  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВО, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.30
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.30 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НОД	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.25
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ	9.35 - 10.00
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ 2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.10 - 10.35
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10.35 - 10.50
ПРОГУЛКА	10.50 - 12.15
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	12.15 - 12.20
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.20 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12.50 - 15.00
ПОДЪЕМ	15.00 - 15.20
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.20 - 15.35
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.35 - 16.00
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	16.00 - 16.30
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ, ПРОГУЛКА	16.30 - 19.00



Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

РЕЖИМ ДНЯ  
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ  
НА 2018- 2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВО, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.30
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.30 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НОД	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.25
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.35 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.10 - 10.35
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10.35 - 10.50
ПРОГУЛКА	10.50 - 12.15
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	12.15 - 12.25
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.25 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12.50 - 15.00
ПОДЪЕМ	15.00 - 15.20
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.20 - 15.35
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.35 - 15.50
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.50 - 16.20
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.20 - 16.35
ПРОГУЛКА	16.35 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 31.08.2018

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
НА 2018 – 2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.20
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.20 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НОД	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.15
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.25 - 9.40
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.40 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ, ПРОГУЛКА	10.10 - 11.50
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	11.50 - 12.05
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.05 - 12.50
ДНЕВНОЙ СОН	12.50 - 15.10
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ, ВОЗДУШНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ	15.10 - 15.55
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.55 - 16.15
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	16.15 - 16.50
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.50 - 17.00
ПРОГУЛКА	17.00 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВО, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.40
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.40 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НОД	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.25
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.35 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
НЕПРЕРЫВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.10 - 10.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.35 - 10.50
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10.50 - 11.10
ПРОГУЛКА	11.10 - 12.15
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	12.15 - 12.25
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.25 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12.50 - 15.10
ПОДЪЕМ ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.10 - 15.35 15.35 - 16.00
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	16.00 - 16.05
ПОЛДНИК	16.05 - 16.20
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.20 - 16.40
ПРОГУЛКА	16.40 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
Пармонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
ДЛЯ ОСЛАБЛЕННЫХ ДЕТЕЙ  
ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЕННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

№	РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	РЕКОМЕНДАЦИИ
1	Дневной сон	Увеличить продолжительность сна (укладывать ребенка первым или поднимать последним)
2	Закаливающие процедуры	При проведении бодрящей гимнастики ограничивать упражнения с большой нагрузкой
3	Совместная деятельность педагога с детьми	Не допускать переутомления детей, не начинать обучения с нового материала
4	Прогулка	Увеличить (уменьшить) пребывание на свежем воздухе до 20- 30 минут за счет выхода на прогулку (в первой половине дня)
5	Двигательная активность	Освободить от физкультурной образовательной деятельности на период, в зависимости от перенесенного заболевания

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
(холодный период)  
НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД

Приход в детский сад	По возможности с 8.00-8.30
Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%
Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: - Умывание  - Воздушные ванны  - Тропинки здоровья	т/в = 16-20 гр. Тщательное вытирание рук, лица  Снимается пижама, надевается сухая футболка Ходят босыми ногами
Питание: завтрак, обед, полдник	Первыми садятся за стол, докармливание (мл.возр.)
Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю)	Одевание в последнюю очередь, выход последним
Возвращение с прогулки	Возвращение первым (под присмотром взрослого), снимается влажная майка, заменяется на сухую
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность
Совместная деятельность (образовательная область «Физическое развитие»)	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50 %
Организованная образовательная деятельность	Вовлечение в активную деятельность в первую половину
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания
Совместная деятельность с воспитателем	Учет настроения ребенка и его желания
Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игр и другой деятельности в удалении от окон и дверей
Уход детей домой	По возможности до 18.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

**ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ**  
На период адаптации в группе раннего возраста  
на 2018-2019 учебный год

МЕРОПРИЯТИЯ	ВРЕМЯ
<b>В ПЕРВЫЕ ДНИ</b>	
• Прием, осмотр, измерение температуры (старшей медсестрой)	8.15-8.25
• Гигиенические процедуры	8.25-8.30
• Завтрак	8.30-9.00
• Адаптационные игры, общение со взрослыми, рассматривание игрушек, игры с любимой домашней игрушкой	9.00-10.00
• Подготовка к прогулке	
• Прогулка	10.00-10.20
• Уход домой	10.20-11.25
<b>В ПОСЛЕДУЮЩИЕ ДНИ ПО МЕРЕ ПРИВЫКАНИЯ</b>	
После прогулки	
• Гигиенические процедуры	11.25-11.40
• Обед	11.40-12.00
• Уход домой	12.00
<b>ДАЛЕЕ</b>	
• Сон	12.00-15.00
• Уход домой	15.00
<b>КОГДА РЕБЕНОК АДАПТИРУЕТСЯ К ГРУППЕ, ОН ПЕРЕВОДИТСЯ НА ОСНОВНОЙ РЕЖИМ ГРУППЫ</b>	

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
 СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
 (на плохую погоду утром)  
 на 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВО, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.40
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.40 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.25
	9.30 - 9.55
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.10 - 10.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ * вместо прогулки дети могут находиться в спортивном зале, музыкальном зале, групповой комнате (с соблюдением режима проветривания). Наблюдения в окно, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, сюжетные и театрализованные игры.	10.35 - 12.25
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.25 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12.50 - 15.10
ПОДЪЕМ	15.10 - 15.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.35 - 16.00
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	16.00 - 16.05
ПОЛДНИК	16.05 - 16.20
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.20 - 16.40
ПРОГУЛКА	16.40 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
 СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
 (на плохую погоду вечером)  
 На 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, ДЕЖУРСТВО, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.40
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.40 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.25
	9.30 - 9.55
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.10 - 10.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	10.35 - 10.50
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	10.50 - 11.10
ПРОГУЛКА	11.10 - 12.15
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	12.15 - 12.25
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.25 - 12.50
ПОДГОТОВКА КО СНУ, СОН	12.50 - 15.10
ПОДЪЕМ	15.10 - 15.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	15.35 - 16.00
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ	16.00 - 16.05
ПОЛДНИК	16.05 - 16.20
* вместо прогулки дети могут находиться в спортивном зале, музыкальном зале, групповой комнате (с соблюдением режима проветривания). Наблюдения в окно, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, сюжетные и театрализованные игры.	16.20-19.00



Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
\_\_\_\_\_ Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
(на плохую погоду утром)  
на 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.20
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.20 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.15 9.20 - 9.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.40 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
* вместо прогулки дети могут находиться в спортивном зале, музыкальном зале, групповой комнате (с соблюдением режима проветривания). Наблюдения в окно, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, сюжетные и театрализованные игры.	10.10 - 12.05
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.05 - 12.50
ДНЕВНОЙ СОН	12.50 - 15.10
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ, ВОЗДУШНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ	15.10 - 15.55
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.55 - 16.15
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	16.15 - 16.40
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ	16.40 - 17.00
ПРОГУЛКА	17.00 - 19.00

Принят  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2018

Утвержден  
Заведующий ГБДОУ д/с №10  
Парамонова Е.К.  
Приказ № 160/7 от 30.08.2018

ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ  
(на плохую погоду вечером)  
на 2018-2019 учебный год

ПРИЕМ ДЕТЕЙ, ИГРЫ, УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА	7.00 - 8.20
ПОДГОТОВКА К ЗАВТРАКУ, ЗАВТРАК	8.20 - 8.55
ПОДГОТОВКА К НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8.55 - 9.00
НЕПРЕРЫВНАЯ ОРГАНИЗАВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.00 - 9.15 9.20 - 9.35
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	9.40 - 10.00
2 ЗАВТРАК	10.00 - 10.10
ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ, ПРОГУЛКА	10.10 - 11.50
ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ	11.50 - 12.05
ПОДГОТОВКА К ОБЕДУ, ОБЕД	12.05 - 12.50
ДНЕВНОЙ СОН	12.50 - 15.10
ПОСТЕПЕННЫЙ ПОДЪЕМ, ВОЗДУШНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ	15.10 - 15.55
ПОДГОТОВКА К ПОЛДНИКУ, ПОЛДНИК	15.55 - 16.15
ИГРЫ, САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	16.15 - 16.40
* вместо прогулки дети могут находиться в спортивном зале, музыкальном зале, групповой комнате (с соблюдением режима проветривания). Наблюдения в окно, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, сюжетные и театрализованные игры.	16.40 - 19.00