


 «УТВЕРЖДАЮ»
 Заведующая МБДОУ № 49
 г. Новинномыска
 И.А. Козырева
 « 20 » 09 / 2017 г.

РЕЖИМ ДНЯ

На осенне-зимний период года – подготовительная к школе группа (6-7(8) лет)

1.	Приём, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00 – 7.50	
	Утренняя гимнастика		
	Артикуляционная гимнастика (подготовка, проведение до 7 мин), пальчиковая гимнастика	7.50 – 8.10	
2.	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 8.30	▲ U
3.	Игры, подготовка к занятиям.	8.30 – 8.40	
4.	Образовательная деятельность (фронтальная, подгрупповая, индивидуальная).	8.40 – 10,15	
5.	Подготовка и выход на прогулку, прогулка.	10.15 – 11.50	☺ ↑
6.	Возвращение с прогулки, игры.	11.50 – 12.00	▲
7.	Подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.20	▲ U
8.	Подготовка к дневному сну, сон.	12.20 - 15.00	≈
9.	Постепенный подъём, гимнастика пробуждения.	15.00 – 15.10	
10.	Полдник.	15.10 – 15.20	▲ U
11.	Игры, труд, самостоятельная и совместная деятельность, занятия по интересам	15.20 – 15.30	
12.	Образовательная деятельность (фронтальная, подгрупповая, индивидуальная).	15.30 – 16.00	
13.	Игры, труд, самостоятельная и совместная деятельность, занятия по интересам	16.00 – 16.35	
14.	Подготовка к ужину, ужин.	16.35 – 17.00	▲ U
15.	Игры, труд, самостоятельная и совместная деятельность, занятия по интересам, прогулка и уход домой.	17.00 – 18.00	

Закаливание воздухом

О - утренний приём на свежем воздухе, гимнастика (в первой младшей группе – после адаптационного периода)

≈ - сон с доступом свежего воздуха

☺ - ежедневные прогулки

↑ - прогулка в группе в холодную погоду

Закаливание водой

▲ - умывание, мытьё рук прохладной водой с туалетом носа (в течение дня);

U - полоскание рта прохладной водой.

Дополнительные закаливающие процедуры

⊗ - фито терапия (наличие в группах фитонцидных растений, использование медальонов – лук, чеснок)