

**СОГЛАСОВАН**

Врач ДШО № 74  
 поликлиники № 106  
 \_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий  
 ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
 Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Режим дня для детей третьего года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 (адаптационный период с 28 декабря по 31 декабря)  
 Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Прием детей, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	
<b>Утренняя гимнастика</b> (создание бодрого жизнерадостного настроения)	8.00-8.07	7 мин.
Подготовка к завтраку (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	8.07-8.15	
<b>Завтрак</b> (обучение культуре еды)	8.15-8.30	
Наблюдение и обследование развития детей	8.30-9.00	
Адаптационные игры (совместная деятельность с различными видами детской деятельности)	9.00-9.30	
<b>Второй завтрак</b> (обучение культуре еды)	9.30-9.40	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	9.40-10.00	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	10.00-11.30	1 час. 30 мин.
Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность)	11.30-11.40	
Подготовка к обеду (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	11.40-11.55	
<b>Обед</b> (обучение культуре еды)	11.55-12.15	
Подготовка ко сну (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам, воздушные процедуры)	12.15-12.30	
<b>Сон</b> (создание тихой благоприятной обстановки)	12.30-15.00	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные ванны, дорожки здоровья	15.00-15.10	
Подготовка к полднику (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	15.10-15.25	
<b>Уплотненный полдник</b> (обучение навыкам правильного питания)	15.25-15.40	
Адаптационные игры (совместная деятельность с различными видами детской деятельности)	15.40-16.00	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	16.00-16.20	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	16.20-17.30	1 час 10 мин.
Возвращение с прогулки, игровая деятельность, индивидуальная работа	17.30-19.00	

**СОГЛАСОВАН**  
Врач ДШО № 74  
поликлиники № 106  
\_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**  
Заведующий  
ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Режим дня для детей третьего года жизни  
общеразвивающей направленности  
(холодный период года с 28 декабря по 31 мая)  
Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Прием детей, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика (создание бодрого жизнерадостного настроения)	8.00-8.07	7 мин.
Подготовка к завтраку (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	8.07-8.15	
<b>Завтрак</b> (обучение культуре еды)	8.15-8.30	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	8.30-8.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b> 1 подгруппа 2 подгруппа	8.40-8.50 8.55-9.05	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	9.05-9.30	
<b>Второй завтрак</b> (обучение культуре еды)	9.30-9.40	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	9.40-10.00	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	10.00-11.30	1 час. 30 мин.
Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность)	11.30-11.40	
Подготовка к обеду (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	11.40-11.55	
<b>Обед</b> (обучение культуре еды)	11.55-12.15	
Подготовка ко сну (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам, воздушные процедуры)	12.15-12.30	
<b>Сон</b> (создание тихой благоприятной обстановки)	12.30-15.00	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные ванны, дорожки здоровья	15.00-15.10	
Подготовка к полднику (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	15.10-15.25	
<b>Уплотненный полдник</b> (обучение навыкам правильного питания)	15.25-15.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b> 1 подгруппа 2 подгруппа	15.40-15.50 15.55-16.05	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	16.05-16.20	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	16.20-17.30	1 час 10 мин.
Возвращение с прогулки, игровая деятельность, индивидуальная работа	17.30-19.00	

**СОГЛАСОВАН**  
Врач ДШО № 74  
поликлиники № 106  
\_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**  
Заведующий  
ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Режим дня для детей третьего года жизни  
общеразвивающей направленности  
(теплый период с 1 июня по 31 августа)  
Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Прием детей на улице, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика на улице (создание бодрого жизнерадостного настроения)	8.00-8.07	7 мин.
Подготовка к завтраку (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	8.07-8.40	
<b>Завтрак</b> (обучение культуре еды)	8.40-9.00	
Совместная игровая деятельность, индивидуальная работа, чтение художественной литературы, прослушивание музыкальных сказок	9.00-10.10	
<b>Второй завтрак</b> (обучение культуре еды)	10.10-10.20	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	10.20-10.30	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	10.30-11.40	1 час. 20 мин.
Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность)	11.40-11.50	
Подготовка к обеду (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	11.50-12.00	
<b>Обед</b> (обучение культуре еды)	12.00-12.20	
Подготовка ко сну (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам, воздушные процедуры)	12.20-12.30	
<b>Сон</b> (создание тихой благоприятной обстановки)	12.30-15.00	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные ванны, дорожки здоровья	15.00-15.10	
Подготовка к полднику (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	15.10-15.25	
<b>Уплотненный полдник</b> (обучение навыкам правильного питания)	15.25-15.40	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	15.40-16.00	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	16.00-16.10	
<b>Прогулка</b> (наблюдение, подвижные игра, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	16.10-17.30	1 час 20 мин.
Возвращение с прогулки, игровая деятельность, индивидуальная работа	17.30-19.00	

**СОГЛАСОВАН**  
Врач ДШО № 74  
поликлиники № 106  
\_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**  
Заведующий  
ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Режим дня для детей третьего года жизни  
общеразвивающей направленности  
(при ненастной погоде – дождь, сильный ветер, мороз)  
Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Прием детей, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика (создание бодрого жизнерадостного настроения)	8.00-8.07	7 мин.
Подготовка к завтраку (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	8.07-8.15	
<b>Завтрак</b> (обучение культуре еды)	8.15-8.30	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	8.30-8.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>	8.40-8.50	
1 подгруппа	8.55-9.05	
2 подгруппа		
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	9.05-9.30	
<b>Второй завтрак</b> (обучение культуре еды)	9.30-9.40	
Игровая деятельность – игры-забавы, подвижные игры, показ театров, чтение художественной литературы. Индивидуальная работа	9.40-11.40	
Подготовка к обеду (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	11.40-11.55	
<b>Обед</b> (обучение культуре еды)	11.55-12.15	
Подготовка ко сну (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам, воздушные процедуры)	12.15-12.30	
<b>Сон</b> (создание тихой благоприятной обстановки)	12.30-15.00	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные ванны, дорожки здоровья	15.00-15.10	
Подготовка к полднику (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	15.10-15.25	
<b>Уплотненный полдник</b> (обучение навыкам правильного питания)	15.25-15.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>		
1 подгруппа	15.40-15.50	
2 подгруппа	15.55-16.05	
Игровая деятельность – игры-забавы, подвижные игры, показ театров, чтение художественной литературы. Индивидуальная работа	16.05-19.00	

**СОГЛАСОВАН**  
 Врач ДШО № 74  
 поликлиники № 106  
 \_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**  
 Заведующий  
 ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
 Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Режим дня для детей третьего года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 (при карантине)  
 Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Время</b>	<b>Длительность</b>
Прием детей, игровая деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика (создание бодрого жизнерадостного настроения)	8.00-8.07	7 мин.
Подготовка к завтраку (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	8.07-8.15	
<b>Завтрак</b> (обучение культуре еды)	8.15-8.30	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	8.30-8.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность (проводится в групповой комнате)</b>		
1 подгруппа	8.40-8.50	
2 подгруппа	8.55-9.05	
Игровая деятельность (дидактические, строительные, сюжетно-ролевые, игры по интересам)	9.05-9.30	
<b>Второй завтрак</b> (обучение культуре еды)	9.30-9.40	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	9.40-10.00	
<b>Прогулка (организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп)</b> (наблюдение, подвижные игры, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	10.00-11.30	1 час. 30 мин.
Возвращение с прогулки (обучение навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность)	11.30-11.40	
Подготовка к обеду (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	11.40-11.55	
<b>Обед</b> (обучение культуре еды)	11.55-12.15	
Подготовка ко сну (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам, воздушные процедуры)	12.15-12.30	
<b>Сон</b> (создание тихой благоприятной обстановки)	12.30-15.00	2 часа 30 мин.
Постепенный подъем, воздушные ванны, дорожки здоровья	15.00-15.10	
Подготовка к полднику (обучение навыкам самообслуживания, культурно-гигиеническим навыкам)	15.10-15.25	
<b>Уплотненный полдник</b> (обучение навыкам правильного питания)	15.25-15.40	
<b>Непосредственно образовательная деятельность (проводится в групповой комнате)</b>		
1 подгруппа	15.40-15.50	
2 подгруппа	15.55-16.05	
Подготовка к прогулке (обучение навыкам самообслуживания)	16.05-16.20	
<b>Прогулка (организация выхода и возвращения с прогулки изолированно от других групп)</b> (наблюдение, подвижные игры, дидактическая игра, игровое упражнение, трудовое поручение, индивидуальная работа)	16.20-17.30	1 час 10 мин.
Возвращение с прогулки, игровая деятельность, индивидуальная работа	17.30-19.00	

**СОГЛАСОВАН**  
Врач ДШО № 74  
поликлиники № 106  
\_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**  
Заведующий  
ГБДОУ детским садом № 53  
\_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
Приказ от 26.12.2016 №19-од

**Щадящий режим  
общеразвивающей направленности  
Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

<b>Вид деятельности в режиме дня</b>	<b>Ограничения</b>	<b>Ответственные</b>
Приход в детский сад	По возможности с 7.00 до 8.00	Воспитатель
Гигиенические, закаливающие и общеукрепляющие процедуры: - умывание  - воздушные ванны с бодрящей гимнастикой	Температура воды 16-20°C, тщательное вытирание рук, лица. Снимается пижама, надевается сухая майка (футболка)	Воспитатель, помощник воспитателя
Питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник	Первыми садятся за стол, докармливание	Воспитатель, помощник воспитателя
Сборы на прогулку, выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатель, помощник воспитателя
Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатель
Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого). Снимается влажная майка, заменяется на сухую	Воспитатель, помощник воспитателя
Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатель, помощник воспитателя
Совместная деятельность с педагогами	Учитывать настроение ребенка и его желание	Все педагогические работники
Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игровой и другой деятельности, удаленные от окон и дверей	Воспитатель
Уход домой	По возможности до 18.00	Родители

**СОГЛАСОВАН**

Врач ДШО № 74  
 поликлиники № 106  
 \_\_\_\_\_ Е.М. Терещенко

**УТВЕРЖДЕН**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 53  
 \_\_\_\_\_ Ж.В. Саврыгина  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2017г.

**Вариативные режимы  
 для детей третьего года жизни  
 общеразвивающей направленности  
 Группа № 12 (режим работы 12 часов)**

№ п/п	Режим	Длительность	Рекомендации к использованию
1	Адаптационные режим	2-3 недели	1. Сокращенное пребывание детей в ДОУ в течении 2-3 недель. 2. Постепенное привыкание: от 1 часа до обеда, затем до вечерней прогулки. 3. Создание благоприятного эмоционального климата.
2	Щадящий режим после перенесенных острых заболеваний (ОРЗ, грипп, ветряная оспа, краснуха, кишечные инфекции)	1 неделя	1. Сокращение от проведения воздушных ванн на 5 минут. 2. Сокращение кратности упражнений. 3. Сокращение режима двигательной активности на прогулке.
3	Щадящий режим после перенесенных заболеваний (пневмония, острый пиелонефрит, гепатит и т.д.)	2 недели	1. Сокращение от проведения воздушных ванн на 5 минут. 2. Уменьшить прогулку при непогоде в холодный период или увеличить пребывание на свежем воздухе в теплый период до 15 мин, за счет выхода на прогулку с первой подгруппой 3. Пролонгированный сон.
4	Щадящий режим для часто и длительно болеющих в период реконвалесценции	1-2 недели	1. Щадящий режим выхода на прогулку: - одевать на прогулку последними; - приводить с прогулки первыми. 2. Контроль со стороны воспитателя за температурой кистей рук и стоп (опрос). 3. На прогулке занимать в играх малой подвижности. 4. Учитывая индивидуальность теплорегуляции и теплообмена, разрешать находиться в группе в одежде по более «теплому» варианту. 5. По рекомендации врача, учитывая состояние здоровья, сократить пребывание ребенка в детском саду (до обеда, до полдника) в течение 2 недель. 6. Предоставить дополнительный выходной день в неделю. 7. Пролонгированный сон.