

РЕЖИМ ДНЯ в ГРУППАХ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ на холодный период года 2023-2024 учебный год

Режим составлен согласно СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 №28; СанПин 1.2.3685-21 от 28.01.2021 №2

| | | Сентябрь-май | | | | | При неблагоприятных условиях (дождь, температура воздуха ниже - 15 °С) | | | | |
|---|--|--|--|--|--|---|---|---|--|--|--|
| Режимные моменты | Время | | | | | Режимные моменты | Время | | | | |
| | Пчелка | Звездочка | Радуга | Солнышко | Улыбка | | Пчелка | Звездочка | Радуга | Солнышко | Улыбка |
| Утренний прием, игры, дежурство, утренняя гимнастика | 7.00-8.15 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.35 | 7.00-8.40 | Утренний прием, игры, дежурство, утренняя гимнастика | 7.00-8.15 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.35 | 7.00-8.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15-8.45 | 8.20-8.45 | 8.25-8.45 | 8.30-8.50 | 8.40-8.50 | Подготовка к завтраку, завтрак | 8.15-8.45 | 8.20-8.45 | 8.25-8.45 | 8.30-8.50 | 8.40-8.50 |
| Самостоятельные игры | 8.45-9.00 | 8.45-9.00 | 8.45-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | Самостоятельные игры | 8.45-9.00 | 8.45-9.00 | 8.45-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Проведение занятий (включая гимнастику в процессе занятия -2-3 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-10.10 Макс. время занятия 20 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 40 минут для детей 4-5 лет | 9.00-10.40 Макс. время занятия 20 минут, перерыв 10 минут. Максимальное суммарное время в 1 половину дня – 40 минут для детей 4-5 лет. 25 минут-суммарно 50 мин., если занятие после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-10.45 Макс. время занятия 25 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время 50 мин или 75 при орг-ции занятия после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-10.10 Макс. время занятия 30 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 1 час 30 минут для детей 6-7 лет. 25 минут-суммарно 50 мин., если занятие после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-11.20 Макс. время занятия 30 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 1 час 30 минут для детей 6-7 лет. | Проведение Занятий (включая гимнастику в процессе занятия -2-3 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-10.10 Макс. время занятия 20 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 40 минут для детей 4-5 лет | 9.00-10.40 Макс. время занятия 20 минут, перерыв 10 минут. Максимальное суммарное время в 1 половину дня – 40 минут для детей 4-5 лет. 25 минут-суммарно 50 мин., если занятие после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-10.10 Макс. время занятия 25 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время 50 мин или 75 при орг-ции занятия после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-10.00 Макс. время занятия 30 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 1 час 30 минут для детей 6-7 лет. 25 минут-суммарно 50 мин., если занятие после дневного сна для детей 5-6 лет | 9.00-11.20 Макс. время занятия 30 минут, перерыв 10 минут. Макс. суммарное время в 1 половину дня – 1 час 30 минут для детей 6-7 лет. |

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Коррекционная работа (по подгруппам и индивидуально) | 9.00-12.05 | 9.00-12.05 | 9.00-12.10 | 9.00-12.20 | 9.00-12.20 | Коррекционная работа (по подгруппам и индивидуально) | 9.00-12.05 | 9.00-12.05 | 9.00-12.10 | 9.00-12.20 | 9.00-12.20 |
| Игры, совместная деятельность, второй завтрак | 9.50-10.45 | 9.50-10.45 | 10.00-10.50 | 10.10-11.00 | 10.30-10.50 | Игры, совместная деятельность, второй завтрак | 9.50-10.45 | 9.50-10.45 | 10.00-10.50 | 10.10-11.00 | 11.40-11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 10.45-12.00 | 10.45-12.05 | 10.50-12.10 | 11.00-12.20 | 11.00-12.20 | Игры, совместная деятельность, наблюдения из окна, индивидуальная работа воспитателя. Для обеспечения режима проветривания в дождливую погоду – дети выходят на балкон, при невозможности выхода на балкон – дети могут музыкальный зал, учебный класс | 10.45-12.00 | 10.45-12.15 | 10.50-12.20 | 11.00-12.25 | 11.00-12.35 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду | 12.00-12.10 | 12.05-12.15 | 12.10-12.20 | 12.20-12.30 | 12.20-12.35 | | | | | | |
| Обед | 12.10-12.40 | 12.15-12.40 | 12.20-12.45 | 12.25-12.50 | 12.35-12.50 | Обед | 12.10-12.40 | 12.15-12.40 | 12.20-12.45 | 12.25-12.50 | 12.35-12.50 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.40-15.10 | 12.40-15.10 | 12.45-15.05 | 12.40-15.00 | 12.50-15.00 | Подготовка ко сну, сон | 12.40-15.10 | 12.40-15.10 | 12.45-15.05 | 12.40-15.00 | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические | 15.10-15.45 | 15.10-15.45 | 15.05-15.45 | 15.00-15.45 | 15.00-15.45 | Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, гигиенические | 15.10-15.45 | 15.10-15.45 | 15.05-15.45 | 15.00-15.45 | 15.00-15.45 |

| | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|-------------------------------------|--|--|--|--|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
| закаливающ ие процедуры, полдник | | | | | | закаливающ ие процедуры, полдник | | | | | |
| Совместная образователь ная деятельност ь, самостоятел ьная деятельност ь, игра, досуги | 15.45- 16.30 | 15.45- 16.30 | 15.45- 16.30 | 15.45-16.30 | 15.45- 16.30 | Совместная образователь ная деятельност ь, самостоятел ьная деятельност ь, игра, досуги | 15.45- 16.30 | 15.45- 16.30 | 15.45- 16.30 | 15.45-16.30 | 15.45-16.30 |
| Коррекцион ная работа воспитателя , игры детей | 16.30- 17.00 | 16.30- 17.00 | 16.30- 17.00 | 16.30-17.00 | 16.30- 17.00 | Коррекционн ая работа воспитателя, игры детей | 16.30- 17.00 | 16.30- 17.00 | 16.30- 17.00 | 16.30-17.00 | 16.30-17.00 |
| Занятия по ДОП | По 20 минут 1-2 раза в неделю | По 20 минут 1-2 раза в неделю | По 25 минут 1-2 раза в неделю | По 25 минут 1-2 раза в неделю | По 30 минут 1-2 раза в неделю | Занятия по ДОП | По 20 минут 1-2 раза в неделю | По 20 минут 1-2 раза в неделю | По 25 минут 1-2 раза в неделю | По 25 минут 1-2 раза в неделю | По 30 минут 1-2 раза в неделю |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 17.00- 19.00 | 17.00- 19.00 | 17.00- 19.00 | 17.00-19.00 | 17.00- 19.00 | Игры, совместная деятельност ь, наблюдения из окна, индивидуаль ная работа воспитателя. Для обеспечения режима проветривани я в дождливую погоду – дети выходят на балкон, при невозможнос ти выхода на балкон – дети могут посещать музыкальный зал, учебный класс | 17.00- 19.00 | 17.00- 19.00 | 17.00- 19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 |

| | | | | | | | | | | | |
|---------------------|----------|----------|----------|----------|----------|---------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Уход детей домой | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | Уход детей домой | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 | До 19.00 |
|---------------------|----------|----------|----------|----------|----------|---------------------|----------|----------|----------|----------|----------|

Двигательный режим

| Формы организации | Компенсирующие группы | | | | |
|--|--|-----------------------|----------------|---------------------|----------------|
| | «Пчелка» | «Звездочка» | «Радуга» | «Солнышко» | «Улыбка» |
| Двигательная разминка в перерыве между периодами НОД | Не менее 10 минут между периодами непосредственно образовательной деятельности | | | | |
| Физкультминутка во время проведения НОД | Систематически, во время проведения непрерывной НОД проводится в середине этого времени по 3-5 минут, с целью не допустить переутомления детей | | | | |
| Утренняя гимнастика | 6-8 минут | 6-8 минут | 8-10 минут | 10 минут | 10 минут |
| Бодрящая гимнастика (после пробуждения) | 5 минут | 5 минут | 5 минут | 5 минут | 5 минут |
| Подвижные игры (2-4 раза в день) | По 10-15 минут | По 10-15 минут | По 15-20 минут | По 15-20 минут | По 15-20 минут |
| Спортивные игры | Целенаправленное обучение элементам спортивных игр не реже 2 раза в месяц | | | | |
| Физкультурные занятия (3 раза в неделю) | По 20 минут | По 20 мин. /25мин. | По 25 минут | По 25 мин. /30 мин. | По 30 минут |
| Музыкальные игры (2 раза в неделю) | По 5 минут | По 5 минут | По 7 минут | По 10 минут | По 10 минут |
| Двигательные игры под музыку (1 раз в неделю) | 10-15 минут | 10-15 минут | По 15-20 минут | 25 минут | 25 минут |
| Спортивный досуг – 1 раз в месяц | 20 минут | 20 минут | 25 минут | 30 минут | 30 минут |
| Спортивный праздник – 2 раза в год | 20 минут | 20 минут | 25 минут | 30 минут | 30 минут |
| Самостоятельная двигательная активность | Ежедневно, по потребностям ребенка | | | | |

ИЗМЕНЕНИЯ к модели организации жизнедеятельности детей при карантине в ГБДОУ

При приеме детей в группу ежедневно спрашивать у родителей о состоянии здоровья ребенка. Данные заносить в журнал. Самостоятельная игровая, учебная и совместная с воспитателем деятельности осуществляются с материалами, подлежащими специальной дезинфицирующей обработке. Результаты продуктивной деятельности сразу выбрасываются. Организованное обучение по физическому развитию и миру музыки проводятся в групповой под руководством специалиста. Изменения в состоянии здоровья ребенка незамедлительно сообщаются медперсоналу и родителям.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ после перенесенного острого заболевания

Осмотр врачом в день выписки, назначение индивидуального режима

| | |
|---|--|
| ОРВИ, грипп, острый отит, аденоидит, ветряная оспа, краснуха, коклюш | Острый бронхит, острая пневмония, скарлатина, паротит |
| М/о от утренней гимнастики – 1 нед. Со второй недели - 50% нагрузка. Снижение учебной нагрузки - 1 нед. М/о от закалывающих процедур – 1 нед. Со второй недели – постепенное прибавление времени и интенсивности. М/о от занятий физкультурой - 2 нед. В зимнее время м/о от занятий физкультурой на улице- 3 нед. Подъем после сна в последнюю очередь | м/о от утренней гимнастики - 1,5 нед. Со второй недели - 50% нагрузка. Снижение учебной нагрузки – 2 нед. м/о от закалывающих процедур – 2 нед. с третьей недели – постепенное прибавление времени и интенсивности. м/о от занятий физкультурой - 3 нед. В зимнее время м/о от занятий физкультурой на улице - 1 месяц. Подъем после сна в последнюю очередь. |

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

Длительность щадящего режима при заболеваниях:

| 25 дней | 2 месяца | Более 2-х месяцев |
|---|--|-------------------------|
| ОРВИ, грипп, ангина, острый гнойный отит, бронхиальная астма после обострения | Острая пневмония, острые инфекционные заболевания, обострение экземы, сотрясение мозга ср. тяжести, после полосных операций, после тонзилэктомии | Острый нефрит, менингит |

1. Во время бодрствования. Обеспечить частый контакт с воспитателями, игры с любимой игрушкой, возможность уединения для любимого занятия (художественной деятельности, рассматривания иллюстраций и др.). Обеспечить рациональную двигательную активность, следить за появлением симптомов переутомления: учащение дыхания, повышение потоотделения.
2. Прогулка. Одевать ребенка на прогулку последним, раздевать первым.
3. НОД. Увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не допускать переутомления.
4. Физическое воспитание. Исключить бег, прыжки, подвижные игры высокой активности. Во время гимнастики учить правильно дышать носом путем подбора соответствующих упражнений.
5. Прием пищи. Не заставлять съедать то, от чего ребенок отказывается (компенсировать недоедание дома).
6. Сон. Укладывать ребенка первым и поднимать последним.
7. Рекомендации родителям: диета с включением фруктов, овощей, натуральных соков, витаминов, настоя шиповника; дыхательная гимнастика.

Согласован:

Врач _____/Т.А.Парамзина