



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
К.В. Коршунова
2024 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей младшей группы

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (дыхательная, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия)	8.00 – 8.10
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.40
2 завтрак	9.40 – 9.50
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	9.50 - 11.45
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	11.45 – 12.00 12.00-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.45
Занятия в игровой форме по подгруппам, самостоятельная деятельность детей, игры	15.45 – 16.30
Подготовка к ужину, ужин.	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
К.В. Коршунова
2024 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей средней группы

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (дыхательная, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия).	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.40 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 9.50
2 завтрак	9.50 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	10.00 – 12.00
Возвращение с прогулки Гигиенические процедуры.	12.00 – 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.40
Занятия в игровой форме, самостоятельная деятельность детей, игры	15.40 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
К.В. Коршунова
2024 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей старшей группы

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе, гимнастика	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.00
2 завтрак	10.00 – 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	10.05 - 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед.	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.40
Занятия, самостоятельная деятельность детей, игры	15.40 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
К.В. Коршунова
2024 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей подготовительной группы

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе, гимнастика	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.30
Игры, подготовка к занятиям	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.50
2 завтрак	10.50- 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	10.55 - 12.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.30 – 12.45
Подготовка к обеду, обед.	12.45 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.10 – 15.30
Полдник	15.30 - 15.35
Занятия, самостоятельная деятельность детей, игры	15.35– 16.30
Подготовка к ужину, ужин.	16.30 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (двигательная деятельность, организованная и самостоятельная деятельность детей, игры)	17.00 – 19.00