



Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ №1

О.В. Добрынина

2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду для детей первой младшей группы № 1

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.15
Гигиенические процедуры.	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к НОД.	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.30
2 завтрак	9.30 – 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.40 - 11.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30 – 11.40
Обед.	11.40 – 12.25
Сказка-терапия. Дневной сон.	12.25 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры	15.00 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.40
Гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.40 – 16.00
Ужин.	16.00 – 16.30
Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	16.30 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду для детей первой младшей группы № 2

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.	8.00-8.15
Гигиенические процедуры.	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к НОД.	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.30
2 завтрак	9.30 – 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.40 - 11.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30 – 11.40
Обед.	11.40 – 12.25
Сказка-терапия. Дневной сон.	12.25 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры	15.00 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.40
Гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.40 – 16.00
Ужин.	16.00 – 16.30
Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	16.30 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей младшей группы № 3

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	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
Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.40
2 завтрак	9.40 – 9.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.45 - 11.45
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	11.45 – 12.00
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей. Подготовка к обеду	12.00 – 12.10
Обед.	12.10 – 12.30
Подготовка к сну. Сказка-терапия. Дневной сон.	12.30 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.45
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.45 – 16.15
Подготовка к ужину. Ужин.	16.15 – 16.45
Подготовка к прогулке	16.45 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей младшей группы № 4

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	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
Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.40
2 завтрак	9.40 – 9.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.45 - 11.45
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	11.45 – 12.00
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей. Подготовка к обеду	12.00 – 12.10
Обед.	12.10 – 12.30
Подготовка к сну. Сказка-терапия. Дневной сон.	12.30 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.45
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.45 – 16.15
Подготовка к ужину. Ужин.	16.15 – 16.45
Подготовка к прогулке	16.45 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00

Утверждаю:
 Директор МАОУ СОШ №1
 О.В. Добрынина
 2022 г.



Организация оздоровительного режима в детском саду детей средней группы № 5

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (дыхательная, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия).	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 8.40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей	8.40 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.50
2 завтрак	9.50 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.55 – 12.10
Возвращение с прогулки Гигиенические процедуры.	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 – 12.50
Подготовка к сну. Сказка-терапия. Дневной сон.	12.50 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.50
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей. Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.50 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей средней группы № 11

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (дыхательная, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия).	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.10 – 8.40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность воспитателя и детей	8.40 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 9.50
2 завтрак	9.50 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.55 – 12.10
Возвращение с прогулки Гигиенические процедуры.	12.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед.	12.20 – 12.50
Подготовка к сну. Сказка-терапия. Дневной сон.	12.50 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.30
Непосредственно образовательная деятельность.	15.30 – 15.50
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей. Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.50 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ №1

О.В. Добрынина

2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей старшей группы № 8

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе.	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.50
Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 10.00
2 завтрак	10.00 – 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные, спортивные, динамические игры.	10.05 - 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед. Гигиенические процедуры	12.30 – 13.00
Музыкальная терапия и дневной сон.	13.00 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.15
Самостоятельная игровая деятельность или совместная деятельность воспитателя и детей. Развивающие игры.	15.15 – 16.05
Непосредственно образовательная деятельность.	16.05 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей старшей группы № 10

Режимные моменты.	Время проведения.
Прием детей. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе.	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.50
Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 10.00
2 завтрак	10.00 – 10.05
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные, спортивные, динамические игры.	10.05 - 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду, обед. Гигиенические процедуры	12.30 – 13.00
Музыкальная терапия и дневной сон.	13.00 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10
Полдник	15.10 – 15.15
Самостоятельная игровая деятельность или совместная деятельность воспитателя и детей. Развивающие игры.	15.15 – 16.05
Непосредственно образовательная деятельность.	16.05 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей подготовительной группы № 6

Режимные моменты.	Время проведения.
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе.	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.30
Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.30 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 10.50
2 завтрак	10.50- 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные, динамические, спортивные игры.	10.55 - 12.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.30 – 12.45
Подготовка к обеду. Обед. Гигиенические процедуры	12.45 – 13.00
Музыкальная терапия. Дневной сон.	13.10 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 - 15.20
Непосредственная образовательная деятельность	15.20 – 15.50
Самостоятельная игровая деятельность по интересам или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.50 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ №1
О.В. Добрынина
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей подготовительной группы № 7

Режимные моменты.	Время проведения.
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе.	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.30
Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.30 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 10.50
2 завтрак	10.50- 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные, динамические, спортивные игры.	10.55 - 12.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.30 – 12.45
Подготовка к обеду. Обед. Гигиенические процедуры	12.45 – 13.00
Музыкальная терапия. Дневной сон.	13.10 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 - 15.20
Непосредственная образовательная деятельность	15.20 – 15.50
Самостоятельная игровая деятельность по интересам или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.50 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ №1

О.В. Добрынина

2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей подготовительной группы № 9

Режимные моменты.	Время проведения.
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00
Утренняя пробежка на свежем воздухе.	8.00 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.30
Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.30 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность Физминутки во время проведения НОД. Игры малой подвижности	9.00 – 10.50
2 завтрак	10.50- 10.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные, динамические, спортивные игры.	10.55 - 12.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	12.30 – 12.45
Подготовка к обеду. Обед. Гигиенические процедуры	12.45 – 13.00
Музыкальная терапия. Дневной сон.	13.10 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 - 15.20
Непосредственная образовательная деятельность	15.20 – 15.50
Самостоятельная игровая деятельность по интересам или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.50 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00