



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

Организация оздоровительного режима в детском саду для детей первой младшей группы

Режимные моменты	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика. Игры	8.00-8.15
Гигиенические процедуры.	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к НОД.	8.45 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30
2 завтрак	9.30 – 9.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.40 - 11.15
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.15 – 11.40
Обед.	11.40 – 12.15
Сказка-терапия. Дневной сон.	12.15 – 15.15
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры	15.15– 15.30
Полдник	15.30 – 15.40
Гигиенические процедуры Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.40 – 16.20
Подготовка к ужину. Ужин.	16.20 – 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

Режимные моменты	Время проведения.
Прием детей. Индивидуальная работа с детьми.	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика (дыхательная, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия). Игры	8.00 – 8.15
Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.45
Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40
2 завтрак	9.40 – 9.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.45 - 11.30
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	11.30 – 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
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.30 – 16.25
Подготовка к ужину. Ужин.	16.25 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Утверждаю:

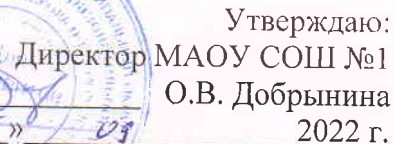
Директор МАОУ СОШ №1

О.В. Добрынина

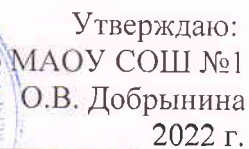
2022 г.

Организация оздоровительного режима в детском саду детей средней группы

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	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50
2 завтрак	9.50 – 9.55
Подготовка к прогулке, прогулка. Подвижные и динамические игры.	9.55 – 12.00
Возвращение с прогулки Гигиенические процедуры.	12.00 – 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 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Самостоятельная деятельность детей или совместная деятельность воспитателя и детей. Музыкально-театральная деятельность. Развивающие игры.	15.30 – 16.30
Подготовка к ужину. Ужин.	16.30 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Режимные моменты	Время проведения.
Прием детей. Самостоятельная деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.25 9.35 – 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 – 12.35
Подготовка к обеду, обед. Гигиенические процедуры	12.35 – 13.00
Музыкальная терапия и дневной сон.	13.00 – 15.00
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.00 – 15.15
Полдник	15.15 – 15.30
Самостоятельная игровая деятельность или совместная деятельность воспитателя и детей. Развивающие игры.	15.30 – 16.35
Подготовка к ужину. Ужин.	16.35 – 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00



Режимные моменты	Время проведения.
Самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми. Гигиенические процедуры.	7.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к непосредственной образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.30 9.40- 10.10 10.20 -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 – 12.50
Подготовка к обеду. Обед. Гигиенические процедуры	12.50 – 13.10
Музыкальная терапия. Дневной сон.	13.10 – 15.10
Постепенный подъем. «Просыпательная» гимнастика. Закаливающие процедуры.	15.10 – 15.20
Полдник	15.20 - 15.30
Непосредственно образовательная деятельность Самостоятельная игровая деятельность по интересам или совместная деятельность воспитателя и детей.	15.30 – 16.40
Подготовка к ужину. Ужин.	16.40 - 17.00
Прогулка. Подвижные и динамические игры.	17.00 – 19.00