

РЕЖИМЫ ДНЯ К АООП ДО для детей с ТНР

на 2022-2023 учебный год

**(режимы двигательной активности, режимы дня на теплый,
холодный и адаптационный период)**

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

обучающихся 5-6 лет

№	Формы работы с детьми	Количество дней	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин. * 5 дней	50 мин.
2.	Занятие (ОО «Физическая культура»)	25 мин. * 3 раза	75 мин.
3.	Физкультминутки	4 мин. * 5 дней	20 мин.
4.	Подвижные игры на прогулке (утром и вечером)	20 мин. * 5 дней	100 мин.
5.	Спортивные игры и упражнения на прогулке и в группе	15 мин. * 5 дней	75 мин.
6.	Бодрящая гимнастика	10 мин. * 5 дней	50 мин.
7.	Оздоровительный бег	5 мин. * 5 дней	25 мин.
8.	Занятие (ОО «Музыка»)	25 мин. * 2 раза	50 мин.
ВСЕГО за неделю		470 мин. / 7 ч. 20 мин.	
9.	Физкультурный досуг	1 раз в мес.	
10.	Спортивный праздник	1 раз в год	
11.	День здоровья	2 раза в год	

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

обучающихся 6-7 лет

№	Формы работы с детьми	Дозировка	Время за неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин. * 5 дней	50 мин.
2.	Занятие (ОО «Физическая культура»)	30 мин. * 3 раза	90 мин.
3.	Физкультминутки	4 мин. * 5 дней	20 мин.
4.	Подвижные игры на прогулке (утром и вечером)	20 мин. * 5 дней	100 мин.
5.	Спортивные игры и упражнения на улице и в группе	15 мин. * 5 дней	75 мин.
6.	Бодрящая гимнастика	10 мин. * 5 дней	50 мин.
7.	Оздоровительный бег	5 мин. * 5 дней	25 мин.
8.	Занятие (ОО «Музыка»)	30 мин. * 2 раза	60 мин.
ВСЕГО за неделю		470 мин. / 7 ч. 48 мин.	
9.	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	
10.	Физкультурный праздник	1 раз в год	
11.	День здоровья	2 раза в год	

РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (сентябрь-май)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР № 1, возраста 6-7 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:45	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08:45 – 08:55	Утренний круг (беседы).
08:55 – 11:25	Образовательная деятельность на улице по погодным условиям (согласно расписания образовательной деятельности на летний период), прогулка, самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
11:25 – 12:25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:25 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед (в соответствии с возрастными группами).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:35	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:35 – 17:00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность.
17:00 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность), уход обучающихся домой.

РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (сентябрь-май)

**обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР № 5, возраста 5-6 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков завтрак).
08.50 – 09.00	Утренний круг (беседы).
09:00 – 10:55	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
10:55 – 12:25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:25 – 12:45	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:45 – 15:15	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:15 – 15:40	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
15:40 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 17:00	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
17:00 – 17:30	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность
17:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (сентябрь-май)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР № 6, возраста 6-7 лет**

Время	Содержание
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:10 – 8:20	Утренний круг (беседы).
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:45	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
8:45 – 11:05	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
11:05 – 12:35	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:35 – 13:00	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед (в соответствии с возрастными группами).
13:00 – 15:30	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъём детей, воздушные и водные процедуры.
15:30 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 16:50	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:50 – 17:30	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность.
17:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность), уход обучающихся домой.

РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (сентябрь-май)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР № 11, возраста 5-6 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков завтрак).
08.50 – 09.00	Утренний круг (беседы).
09:00 – 10:25	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:25 – 10:40 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
10:40 – 12:20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:20 – 12:45	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:45 – 15:15	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:15 – 16:10	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
16:10 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 17:30	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
17:30 – 17:40	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность
17:40 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность), уход обучающихся домой.

РЕЖИМ ДНЯ
холодный период года (сентябрь-май)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР № 12, возраста 6-7 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков завтрак).
08.50 – 09.00	Утренний круг (беседы).
09:00 – 10:55	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
10:55 – 12:25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:25 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 17:30	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность
17:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность), уход обучающихся домой.

РЕЖИМ ДНЯ
теплый период года (июнь)
**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР, возраста 5-6 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:10 – 8:20	Утренний круг (беседы).
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:45	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков завтрака).
8:45 – 10:55	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
10:55 – 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:30 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 15:30	Совместная деятельность воспитателя с детьми (чтение художественной литературы).
15:30 – 16:10	Образовательная деятельность, включая коррекционные занятия с специалистами (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
16:10 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 17:35	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
17:35 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
теплый период года (июнь)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР, возраста 6-7 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:10 – 8:20	Утренний круг (беседы).
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:45	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков завтрака).
8:45 – 11:25	Образовательная деятельность (в соответствии с расписанием занятий, включая перерывы).
10:20 – 10:35 (в перерыве между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
11:25 – 12:25	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:25 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 15:30	Совместная деятельность воспитателя с детьми (чтение художественной литературы).
15:30 – 16:20	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 17:00	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми.
17:00 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
теплый период года (июль-август)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР, возраста 5-6 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.00	Утренний круг (беседы).
09:00 – 10:25	Образовательная деятельность на улице по погодным условиям (согласно расписания образовательной деятельности на летний период), прогулка, самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
10:25 – 10:45	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
10:30– 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:30 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность.
16:20 – 16:35	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с воспитанниками, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность.

РЕЖИМ ДНЯ
теплый период года (июль-август)

**для обучающихся группы компенсирующей направленности
для детей с ТНР, возраста 6-7 лет**

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся.
8:20 – 8:30	Утренняя гимнастика.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.00	Утренний круг (беседы).
09:00 – 10:25	Образовательная деятельность на улице по погодным условиям (согласно расписания образовательной деятельности на летний период), прогулка, самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
10:25 – 10:45	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
10:30– 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:30 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность.
16:20 – 16:35	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с воспитанниками, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность.