

РЕЖИМЫ ДНЯ
к АООП ДО для детей с ЗПР

Ленинградская область
Всеволожский район
г. Мурино
2021 год

**Режим дня (холодный период)
группы комбинированной направленности
для детей 5 - 6 лет с ЗПР**

Время	Содержание
7.00 - 8.30	Прием детей, осмотр, свободная игра
8.20 - 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 - 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 - 10.50	Игры, непосредственно образовательная деятельность <i>(суммарное время НОД не более 50 минут). В перерывах физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность, занятия со специалистами</i>
10.50 - 11.00	Второй завтрак
11.00 - 12.20	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд). Возвращение с прогулки, игры.
12.20 - 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 - 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10 - 15.30	Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры
15.30 - 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 - 16.50	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы, НОД, занятия со специалистами
16.50 - 18.10	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми.
18.10 - 18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой

**Режим дня (холодный период)
группы комбинированной направленности
для детей 6 - 7 лет с ЗПР**

Время	Содержание
7.00 - 8.30	Прием детей, осмотр, свободная игра
8.20 - 8.30	Утренняя гимнастика
8.30 - 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 - 10.30	Игры, непосредственно образовательная деятельность (суммарное время НОД не более 1 часа 30 минут). В перерывах физкультурные паузы, самостоятельная деятельность, игровая деятельность, занятия со специалистами
10.30 - 10.40	Второй завтрак
10.30 - 12.30	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, экспериментирование, труд). Возвращение с прогулки, игры.
12.50 - 13.10	Подготовка к обеду, обед
13.10 - 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10 - 15.30	Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры
15.30 - 15.50	Подготовка к полднику, полдник
15.50 - 16.50	Игры, самостоятельная деятельность детей: проектная деятельность, конструирование, развивающие игры, продуктивная деятельность, чтение, рассматривание, драматизация, инсценировки художественной литературы, НОД, занятия со специалистами
16.50 - 18.10	Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми.
18.10 - 18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30 – 19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой

**Режим дня на летний оздоровительный период
группы комбинированной направленности
для детей 5-6 лет с ЗПР**

Часы	Содержание
7.00-8.30	Прием детей на улице, игры
8.00-8.10	Утренняя гимнастика (на улице)
8.30-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игры, свободное общение, самостоятельная деятельность
9.00-10.05 10.15-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, музыкальные и спортивные праздники, досуги, художественно-эстетическое развитие, физкультурно-оздоровительные мероприятия, экскурсии, экспериментирование, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.
10.05-10.15	Второй завтрак
12.30-12.50	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры
12.50-13.20	Подготовка к обеду, обед
13.20-15.10	Подготовка к дневному сну, сон
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика, закаливающие процедуры
15.30-15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на участке, самостоятельная художественная деятельность
18.00-18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой

**Режим дня на летний оздоровительный период
группы комбинированной направленности
для детей 6-7 лет с ЗПР**

Часы	Содержание
7.00-8.30	Прием детей на улице, игры
8.00-8.10	Утренняя гимнастика (на улице)
8.30-8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50-9.00	Игры, свободное общение, самостоятельная деятельность
9.00-10.05 10.15-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка, музыкальные и спортивные праздники, досуги, художественно-эстетическое развитие, физкультурно-оздоровительные мероприятия, экскурсии, экспериментирование, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность.
10.05-10.15	Второй завтрак
12.30-12.50	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры
12.50-13.20	Подготовка к обеду, обед
13.20-15.10	Подготовка к дневному сну, сон
15.10-15.30	Постепенный подъем, гимнастика, закаливающие процедуры
15.30-15.45	Подготовка к полднику, полдник
15.45-18.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на участке, самостоятельная художественная деятельность
18.00-18.30	Подготовка к ужину, ужин
18.30-19.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой

**Режим двигательной активности
в группе комбинированной направленности для детей 5-7 лет с ЗПР
«Морские звёздочки» на 2021-2022 учебный год**

№ п/п	Организационные формы двигательной деятельности	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1.	Утренняя гимнастика	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
2.	Физкультминутки	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин	2 мин
3.	Игровые задания и упражнения(логоритмика, артикуляционная гимнастика и т.д.)	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
4.	Психогимнастика и психорелаксация после проведения нод	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
5.	Физкультурные занятия в зале		25 мин		25 мин	
6.	Физкультурные занятия на улице			25 мин		
7.	Музыкальные занятия	30 мин				30 мин
8.	Оздоровительная ходьба на прогулке		6 мин	6 мин	6 мин	6 мин
9.	Подвижные игры на прогулке утром	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
10.	Корректирующая гимнастика после сна	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
11.	Подвижные игры на прогулке вечером	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Итого за один день:		1 час 37 мин	1 час 43 мин	1 час 43 мин	1 час 43 мин	1 час 43 мин
Итого за неделю:		8 часов 40 мин				
День здоровья		2 раза в год				
Спортивный праздник		1 раз в год				
Физкультурный досуг		1 раз в месяц				

