Фащевская Наталия Михайловна

Подписан: Фащевская Наталия Михайловна
DN: C=RU, S=Ленинградская область, L=Коммунар, T=Заведующий, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ""ДЕТСКИЙ САД № 42""", СНИЛС=00928454962, ИНН=471900838297, E=mbdou42@gtn.lokos.net, G=Наталия Михайловна, SN=Фащевская, CN=Фащевская Наталия Михайловна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023.09.18 11:57:28+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Приложение № 8
к Адаптированной образовательной программе
дошкольного образования для детей с ЗПР
МБДОУ «Детский сад № 42»
Приказ МБДОУ «Детский сад № 42»
от 31.08.2023 № 58

Режимы дня

Режим дня
Группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР 3-7 лет «Почемучки» (холодный период)

Длительность	Режимный момент
7.00-8.10	Прием детей. Работа с родителями. Совместная деятельность воспитателя с детьми (индивидуальные и подгрупповые беседы; театрализованные, сюжетные игры; игры-забавы и др.). Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов.
8.10-8.20	Утренняя гимнастика
8.30-8.40	Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Формирование навыков культуры еды. Дежурство.
8.40-9.00	Совместная деятельность педагога с детьми. Утренний круг
9.00-10.35	Совместная деятельность педагога с детьми. Занятия групповые и по подгруппам. Индивидуальные занятия со специалистами.
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10-10.40 (пон.,вт., ср., пят.)	«Час игры»: самостоятельная и совместная с педагогом игровая деятельность
10.40-12.10	Прогулка (наблюдения, трудовая деятельность, индивидуальные физические упражнения, индивидуальная работа, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, игры со снегом и песком). Возвращение с прогулки.
12.10-12.30	Обед. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Формирование навыков культуры еды. Дежурство
12.30-15.00	Дневной сон (подготовка ко сну: музыкальное сопровождение, восприятие художественной литературы)
15.00-15.30	Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные и закаливающие мероприятия (воздушные ванны, ходьба по «дорожкам здоровья», умывание прохладной водой).

15.30-16.00	Совместная деятельность педагога с детьми (восприятие художественной литературы; игровая деятельность; индивидуальные и подгрупповые беседы).
16.00-16.10	Усиленный полдник. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Формирование навыков культуры еды. Дежурство
16.10-16.35	Занятия групповые и по подгруппам. Индивидуальные занятия со специалистами.
16.35-17.00	Индивидуальная работа с детьми по заданию специалистов. Вечерний круг
17.00-18.30	Прогулка (трудовая деятельность, индивидуальные физические упражнения, индивидуальная работа, подвижные игры). Работа с родителями
18.30-19.00	Самостоятельная деятельность детей

Режим дня в теплое время года

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приход детей. Совместная деятельность воспитателя с детьми. Индивидуальная работа. Работа с родителями (на площадке)	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.30
Утренняя гимнастика (на площадке)	8.10-8.20	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Завтрак.	8.20-8.40	8.20-8.40	8.30-8.40	8.40-8.50
Прогулка (Непрерывная и совместная образовательная деятельность педагога с детьми; самостоятельная деятельность детей)	8.40-10.10	8.40-10.10	8.40-10.10	8.40-10.20
Второй завтрак	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.20-10.30
Прогулка (Совместная деятельность педагога с детьми, игры, наблюдения, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей, оздоровительные мероприятия)	10.20-12.20	10.20-12.40	10.20-12.40	10.30-12.40
Обед	12.20-12.50	12.40-13.00	12.40-13.00	12.40-13.00

Дневной сон	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные мероприятия. Самостоятельная деятельность детей.	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Прогулка (Непрерывная и совместная образовательная деятельность педагога с детьми; самостоятельная деятельность детей)	15.30-16.20	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.40
Усиленный полдник.	16.20-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.40-16.50
Прогулка Работа с родителями	16.40-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00	16.50-18.00
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка педагога к непрерывной образовательной деятельности	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00

Щадящий режим

Щадящий режим назначается детям в период после острых заболеваний как реабилитационный (около 3 недель после возвращения в детский сад). Этот режим обеспечивает ребенку постепенный переход на общий режим.

Элементы щадящего режима.

Сон. Увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним. Обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием.

Прием пищи. Исключить нелюбимое блюдо; не заставлять съедать целую порцию; по показаниям соблюдать диету; давать фрукты, овощи и натуральные соки дома; кормление детей с повышенной возбудимостью проводит отдельно от всей группы.

Организация бодрствования. Уменьшить длительность образовательной деятельности, подключать ребенка к занятиям различными видами деятельности по его желанию. Обеспечить частый контакт со взрослыми, дать возможность поиграть с любимой игрушкой, иногда уединиться для любимого занятия. Во время образовательной деятельности увеличить индивидуальное обращение к ребенку, не начинать обучение новому, не допускать переутомления; освободить от третьего занятия старших дошкольников. Обеспечить рациональную двигательную активность в группе и на прогулке, следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).

Организация прогулки. Гибкий режим прогулок (сокращение времени прогулки, одевать ребенка на прогулку последним, забирать с прогулки первым).

Физическое воспитание. Исключит их физкультурных занятий бег, прыжки, подвижные игры (в это время можно наблюдать за товарищами, помогать воспитателю, инструктору по физической культуре). Разрешить заниматься в обычной одежде и обуви. Во время занятий учит правильной дышать носом, путем подбора соответствующих упражнений; рекомендовать элементы лечебной дыхательной гимнастики родителям. Следить за рациональным использованием свежего воздуха (постепенно на 15-20 минут увеличить время пребывания на воздухе при температуре воздуха от -10 до -15 градусов С). Не отменять занятия утренней гимнастикой.

Оздоровительные мероприятия. В зимнее, осеннее время года особое внимание уделять соответствию одежды ребенка температуре воздуха в помещении и на воздухе. При проведении водных процедур повысить температуру воды на 5-7 градусов С по сравнению с той, которая применялась до острого заболевания. Температура воды для питья должна быт на 5 градусов С выше, чем до болезни. Сократить время проведения воздушных ванн.

№	Виды деятельности	Ограничения	Ответственный
1.	Приход в детский сад	По возможности с 7.30 до 9.00, во второй половине дня – с 15.00	Родители
2.	Утренняя гимнастика	Снижение нагрузки по бегу, прыжкам на 50%	Воспитатели
3.	Гигиенические и оздоровительные мероприятия: - умывание	При температуре не ниже + 20 градусов С, Тщательное вытирание рук, лица	Воспитатели, помощник воспитателя
	- воздушные ванны с гимнастикой после сна	В однослойной одежде	
4.	Питание	Первыми садятся за стол, докармливание (младший возраст)	Воспитатели, помощник воспитателя
5.	Занятия статического, интеллектуального характера	Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первую половину дня	Воспитатели
6.	Физические занятия	Отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7.	Сборы и выход на прогулку	Одевание в последнюю очередь, выход последними	Воспитатели, помощник воспитателя
8.	Прогулка	Вовлечение в умеренную двигательную деятельность	Воспитатели
9.	Возвращение с прогулки	Возвращение первыми (под присмотром взрослого)	Воспитатели, помощник воспитателя
10.	Дневной сон	Укладывание первыми, подъем по мере просыпания	Воспитатели
11.	Совместная деятельность с взрослым	Учет настроения ребенка и его желания	

12.	Самостоятельная деятельность	Предлагать места для игр и другой деятельности, удаленные от окон и дверей	
13.	Уход детей домой	Постепенное увеличение времени пребывания ребенка в детском саду, по возможности до 17.00	Родители, воспитатели

Гибкий режим при ненастной погоде

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Приход детей в детский сад. Совместная деятельность воспитателя с детьми Индивидуальная работа. Работа с родителями	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Завтрак	8.20-8.40	8.20-8.40	8.30-8.40	8.40-8.50
Совместная деятельность педагога с детьми; самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	-
Непрерывная образовательная деятельность: подгрупповые игры-занятия	9.00-10.10	9.00-10.30	9.00-11.00	8.50-11.00
Второй завтрак	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.20-10.30
Совместная игровая деятельность в группе	10.20-12.20	10.20-12.40	11.00-12.40	11.00-12.40
Обед	12.20-12.50	12.40-13.00	12.40-13.00	12.40-13.00
Дневной сон	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем. Гимнастика после сна. Оздоровительные мероприятия. Самостоятельная деятельность детей.	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Непрерывная образовательная деятельность: подгрупповые игры-занятия	15.15-15.45	15.20-16.00	15.20-16.10	15.20-16.20
Совместная деятельность воспитателя с детьми (восприятие художественной литературы; игровая деятельность; индивидуальные и подгрупповые беседы) Индивидуальная работа	15.45-16.20	16.00-16.30	16.10-16.30	16.20-16.40

Усиленный полдник	16.20-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.40-16.50
Совместная игровая деятельность в группе Работа с родителями	16.40-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00	16.50-18.00
Самостоятельная деятельность детей. Подготовка педагога к непрерывной образовательной деятельности	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00

Двигательный режим детей 3-4 лет

Виды двигательной активности	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8	40
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	15		15			30
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Музыкальное развитие»)		15		15		30
Физминутки	5	5	5	5	5	25
Непрерывная образовательная деятельность на прогулке (ОО «Физическая культура»)					15	15
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2ч. 30 мин.
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50 /1ч. 15 мин.
Игры с движением, хороводы, игровые упражнения (в т.ч. с предметами)	10	10	10	10	10	50
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 20 минут 2 раза в месяц (7 мин.в нед.)					40 (5 мин. в нед.)
Итого в неделю:	1ч. 23 мин./ 1ч.28 мин.	1 ч. 23 мин./ 1ч. 28 мин.	1ч. 23 мин./ 1 ч. 28 мин.	1 ч. 23 мин./ 1 ч. 28 мин.	1 ч. 23 мин./ 1 ч. 28 мин.	6 ч. 55 мин./ 7 ч. 20 мин.

Двигательный режим детей 4-5 лет

Виды двигательной активности	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	20			20		40
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Музыкальное развитие»)		20			20	40
Физминутки	5	5	5	5	5	25
Непрерывная образовательная деятельность на прогулке (ОО «Физическая культура»)			20			20
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2ч. 30 мин.
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50 /1ч. 15 мин.
Игры с движением, хороводы, игровые упражнения (в т.ч. с предметами)	10	10	10	10	10	50
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 20 минут 2 раза в месяц					40 (5 мин. в нед.)
Итого в неделю:	1ч. 28 мин./ 1ч. 33 мин.	1 ч. 28 мин./ 1 ч. 33 мин.	1ч. 28 мин./ 1 ч. 33 мин.	1 ч. 28 мин./ 1 ч. 33 мин.	1 ч. 28 мин./ 1 ч. 33 мин.	7 ч. 20 мин./ 7 ч. 45 мин.

Двигательный режим детей 5-6 лет

Виды двигательной активности	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	всего

	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	25			25		50
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Музыкальное развитие»)		25			25	50
Физкультминутки, динамические паузы	10	10	10	10	10	50
Непрерывная образовательная деятельность на прогулке (ОО «Физическая культура»)			25			25
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2ч. 30 мин.
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50 /1ч.15 мин.
Игры с движением, хороводы, игровые упражнения (в т.ч. с предметами)	15	15	15	15	15	1ч.15 мин.
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 25 минут 2 раза в месяц					50 (10 мин. в нед.)
Итого в неделю:	1ч. 50 мин./ 1ч. 55 мин.	1 ч. 50 мин./ 1 ч. 55 мин.	1ч. 50 мин./ 1 ч. 55 мин.	1 ч. 50 мин./ 1 ч. 55 мин.	1 ч. 50 мин./ 1 ч. 55 мин.	9 ч. 10 мин./ 9 ч. 35 мин.

Двигательный режим детей 6 - 7 лет

Виды двигательной активности	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	всего
	Время в минутах					
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10	50
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Физическая культура»)	30			30		1 ч.
Непрерывная образовательная деятельность (ОО «Музыкальное развитие»)		30			30	1 ч.

Физкультминутки, динамические паузы	15	15	15	15	15	1ч. 15 мин
Непрерывная образовательная деятельность на прогулке (ОО «Физическая культура»)			30			30
Подвижные игры на прогулке (утро/вечер)	15/15	15/15	15/15	15/15	15/15	2ч. 30 мин.
Гимнастика после сна, корригирующая гимнастика	10/15	10/15	10/15	10/15	10/15	50 /1ч.15 мин.
Игры с движением, хороводы, игровые упражнения (в т.ч. с предметами)	15	15	15	15	15	1ч.15 мин.
Физкультурные и музыкально-ритмические досуги	По 30 минут 2 раза в месяц					60 (12 мин. в нед.)
Итого в неделю:	2ч. 02 мин./ 2ч. 07 мин.	2 ч. 02 мин./ 2 ч. 07 мин.	2ч. 02 мин./ 2 ч. 07 мин.	2ч. 02 мин./ 2 ч. 07 мин.	2 ч. 02 мин./ 2 ч. 07 мин.	10 ч. 10 мин./ 10 ч. 35 мин.