УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 40»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Г. Шпинева

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2018 г.

**Режим дня в холодный период года 2018-2019 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| группа | прием детей, самостоятельная деятельность с 7 -00 до 8 -00 | утренняя  гимн. | подготовка к завтраку,  завтрак | самост.  игры детей | организ.  образоват. деятельность | второй завтрак | подготовка к прогулке, прогулка | подготовка к обеду | обед | дневной сон | полдник | игры, самост.  деятельность детей | прогулка / игры, самост. деятельность детей | подготовка к ужину, ужин | самост.  игры детей | уход детей домой до 19-00 |
| I младшая «А» | 8-00  8 -05 | 8-05  8 -30 | 8 -30  9-00 | 9.00-9.10 I подг.  9.15 -9.25 II подг.  15.30- 15.40 | 9 -50  10-00 | 10-00 – 11-20 | 11-20  11-30 | 11-30  12-00 | 12.00-15.00 | 15-15 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-00  18-45 | 18-45-  19.00 |
| I младшая «Б» | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-00  18-45 | 18-45-  19.00 |
| I младшая «В» | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-00  18-45 | 18-45-  19.00 |
| II младшая  «А» | 8-00  8 -07 | 8-15  8-40 | 8 -40  9- 00 | 9.00 -9.15  9.25 – 9.40 | 10-00-  12-00 | 12.00  12.10 | 12.10  12.40 | 12.40-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-15  18-45 | 18-45-  19.00 |
| II младшая  «Б» | 8-00  8 -07 | 8-15  8-40 | 8 -40  9- 00 | 12.00  12.10 | 12.10  12.40 | 12.40-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-15  18-45 | 18-45-  19.00 |
| средняя «А» | 8-00  8-08 | 8-20  8-40 | 8 -40  9- 00 | 9.00 - 9.20  9.30 -9.50 | 10.00  12.20 | 12.20  12.30 | 12.30  13.00 | 13.00-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-15  18-45 | 18-45-  19.00 |
| средняя «Б» | 8-10  8 -18 | 8-20  8-40 | 8 -40  9- 00 | 12.20  12.30 | 12.30  13.00 | 13.00-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-15  18-45 | 18-45-  19.00 |
| старшая «А» | 8-20  8 -30 | 8.25  8.50 | 8.50  9.00 | 9.00 -9.25  9.35-10.00  10.10 -10.35 | 11-00  12-30 | 12.30  12.40 | 12.40  13.00 | 13.00-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-20  18-45 | 18-45-  19.00 |
| старшая «Б» | 8-00  8 -10 | 8.25  8.50 | 8.50  9.00 | 12.30  12.40 | 12.40  13.00 | 13.00-15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-20  18-45 | 18-45-  19.00 |
| подгот.  «А» | 8-10  8 -20 | 8.30  8.50 | 8.50  9.00 | 9.00 – 9.30  9.40 – 10.10  10.20 -10.50 | 11-15-  12-30 | 12.30  12.40 | 12.40  13.00 | 13.00 – 15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-25  18-45 | 18-45-  19.00 |
| подгот.  «Б» | 8-20  8 -30 | 8.30  8.50 | 8.50  9.00 | 12.30  12.40 | 12.40  13.00 | 13.00 – 15.00 | 15-30  16-00 | 16-00  18-00 | 18-25  18-45 | 18-45-  19.00 |

**Комментарии:** специально организованные виды закаливания проводятся в разное время: - облегченная форма одежды детей (на утренней гимнастике, физкультурных занятиях);

**-** обширное умывание (лицо, шея, руки, в летний период – ноги) – после прогулок, перед сном; - полоскание рта водой комнатной температуры (со 2 мл.группы) – после обеда

- ходьба по коррекционной дорожке (профилактика плоскостопия) – после сна; - воздушное закаливание (регулярное проветривание – аэрация помещений, пребывание на свежем воздухе во время прогулок)