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 | утренняягимн. | 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» | 8-008 -05 | 8-058 -30 | 8 -309-00 | 9.00-9.10 I подг.9.15 -9.25 II подг.15.30- 15.40 | 9 -5010-00 | 10-00 – 11-20 | 11-2011-30 | 11-3012-00 | 12.00-15.00 | 15-15 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-0018-45 | 18-45-19.00 |
| I младшая «Б» | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-0018-45 | 18-45-19.00 |
| I младшая «В» | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-0018-45 | 18-45-19.00 |
| II младшая«А» | 8-008 -07 | 8-158-40 | 8 -409- 00 | 9.00 -9.159.25 – 9.40 | 10-00-12-00 | 12.0012.10 | 12.1012.40 | 12.40-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-1518-45 | 18-45-19.00 |
| II младшая«Б» | 8-008 -07 | 8-158-40 | 8 -409- 00 | 12.0012.10 | 12.1012.40 | 12.40-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-1518-45 | 18-45-19.00 |
| средняя «А» | 8-008-08 | 8-208-40 | 8 -409- 00 | 9.00 - 9.209.30 -9.50 | 10.0012.20 | 12.2012.30 | 12.3013.00 | 13.00-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-1518-45 | 18-45-19.00 |
| средняя «Б» | 8-108 -18 | 8-208-40 | 8 -409- 00 | 12.2012.30 | 12.3013.00 | 13.00-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-1518-45 | 18-45-19.00 |
| старшая «А» | 8-208 -30 | 8.258.50 | 8.509.00 | 9.00 -9.259.35-10.0010.10 -10.35 | 11-0012-30 | 12.3012.40 | 12.4013.00 | 13.00-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-2018-45 | 18-45-19.00 |
| старшая «Б» | 8-008 -10 | 8.258.50 | 8.509.00 | 12.3012.40 | 12.4013.00 | 13.00-15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-2018-45 | 18-45-19.00 |
| подгот.«А» | 8-108 -20 | 8.308.50 | 8.509.00 | 9.00 – 9.309.40 – 10.1010.20 -10.50 | 11-15-12-30 | 12.3012.40 | 12.4013.00 | 13.00 – 15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-2518-45 | 18-45-19.00 |
| подгот.«Б» | 8-208 -30 | 8.308.50 | 8.509.00 | 12.3012.40 | 12.4013.00 | 13.00 – 15.00 | 15-3016-00 | 16-0018-00 | 18-2518-45 | 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)