

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 70 Невского района Санкт-Петербурга

Принята

на заседании Педагогического совета
протокол № 4 от 27.05.2026 г.

Утверждена
приказ № 27052601-Т от 27.05.2026
Заведующий ГБДОУ №70
Н.П. Володченко



**Рабочая программа
летний оздоровительный период**

2026 учебный год

Санкт-Петербург
2026

Цель работы:

Сохранение и укрепление физического, и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей. Полное удовлетворение потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи работы:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей, развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности, деятельности по интересам.
3. Создать позитивное эмоциональное настроение у детей через приобщение к природе, расширить общий кругозор детей, способствовать развитию их творческих способностей.
4. Продолжать формировать устойчивый интерес, потребность в ЗОЖ, занятиях спортивными играми у воспитанников ДООУ и их родителей.
5. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Успешность проведения ЛОП во многом определяется комплексным подходом к планированию, организации и медико-педагогическому контролю.

При планировании оздоровительной работы в ДООУ придерживаемся следующих **принципов:**

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей, медицинского персонала, педагогов к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- интеграция программы профилактики закаливания в семью;
- повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДООУ санитарных правил и нормативов, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплого режима и водоснабжения.

Организация летнего оздоровительного периода

- каждый день организуется работа взрослых по соблюдению санитарно-гигиенических требований (обрабатывается песок в песочницах, ежедневно моется пол на верандах, в жаркую погоду участки поливаются водой, своевременно скашивается трава и т.д.);

- организуется предметно-развивающая среда на территории ДОУ (оборудование для игровой и познавательно-исследовательской деятельности в песке и воде, расширяется ассортимент выносного оборудования);
- соблюдается режим дня летнего оздоровительного периода, соответствующий ООП ДОУ;
- соблюдается питьевой режим летнего оздоровительного периода, соответствующий ООП ДОО (питье выдается по первому требованию ребенка);
- увеличивается продолжительность прогулок и сна (в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию, оборудованию и режиму работы дошкольных образовательных учреждений, п. 2.12.14);
- различные виды детской деятельности (игровая, коммуникативная, трудовая, познавательно-исследовательская, продуктивная, музыкально-художественная, чтение) и самостоятельная деятельность детей организуются на воздухе;
- проводятся регулярные беседы по теме: «Формирование представлений о здоровом образе жизни».

Задачи работы с детьми:

реализация задач по образовательным областям на летний период
(согласно ФГОС ДО).

«Физическое развитие»

- Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния;
- всесторонне совершенствовать физические функции организма;
- повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания;
- формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка;
- способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

«Художественно-эстетическое развитие»

- Закреплять и углублять музыкальные впечатления, полученные в течение года;
- поддерживать инициативу детей в импровизации;
- активизировать воображение, инициативу, творчество ребенка;
- развивать основы музыкально-театральной культуры, духовно обогащать детей положительными эмоциями;
- совершенствовать исполнительские умения детей в создании художественного образа, используя для этой цели игровые, песенные и танцевальные импровизации;
- развивать коммуникативные навыки в различных ситуациях общения: со сверстниками, педагогами, родителями и другими людьми;
- приобщать детей к наблюдению за действительностью, развивать умение видеть мир глазами творца-художника;

- предоставить свободу в отражении доступными для ребенка художественными средствами своего видения мира;
- развивать умения передавать настроение, состояние, отношение к изображаемому, экспериментировать с различными видами и способами изображения;
- создавать максимальную свободу для проявления инициативы и необходимое для этого физическое и психологическое пространство.

«Познавательное развитие»

- Удовлетворять детскую любознательность, не подавляя при этом интереса к узнаванию природы, формировать необходимые для разностороннего развития ребенка представления о ней, прививать навыки активности и самостоятельности мышления;
- обеспечить широкие возможности для использования всех пяти органов чувств: видеть, слышать, трогать руками, пробовать на вкус, чувствовать различные элементы окружающего мира;
- развивать навыки общения со сверстниками, взрослыми и окружающей природой с ориентацией на ненасильственную модель поведения.

«Речевое развитие»

- Развивать самостоятельное речевое творчество, учитывая индивидуальные способности и возможности детей;
- воспитывать интерес к языку и осознанное отношение детей к языковым явлениям;
- способствовать проявлению субъектной позиции ребенка в речевом общении со взрослыми и сверстниками.

«Социально-коммуникативное развитие»

- Развивать игровую деятельность воспитанников;
- приобщение к элементарным общепринятым нормам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми;
- продолжать работу по формированию семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств;
- развивать трудовую деятельность, воспитывать ценностное отношение к собственному труду, труду других людей, его результатам;
- формировать представление об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них.

Оздоровительные мероприятия:

Утренняя гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) проводит воспитатель на прогулочном участке группы.

Предусмотрено совместное проведение утренней гимнастики по возрастным группам, которую проводит инструктор по физическому воспитанию и музыкальный руководитель (по расписанию) на спортивной площадке. Утренняя гимнастика проводится специалистами в случае благоприятной эпидемиологической обстановки (снятии всех ограничительных мер Правительством Санкт-Петербурга) и благоприятных погодных условиях.

Подвижные игры и упражнения проводит воспитатель или инструктор по физическому воспитанию на прогулочном участке группы и на спортивной площадке по расписанию в соответствии с режимом двигательной активности возрастной группы на теплый период года.

Другие оздоровительные мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста (ситуации общения, игровые ситуации, игры-имитации, сюжетные игры и пр.) проводятся в рамках комплексно - тематического планирования (см. выше). Мероприятия по формированию культурно-гигиенических навыков формируются в процессе самообслуживания (мытьё рук, кормление, укладывание на сон, одевание и раздевание и пр.). Для формирования потребности в соблюдении гигиенических процедур воспитатель сопровождает деятельность детей песенками, потешками, стихами в группах для детей 3-5 лет, пословицами и поговорками в группах для детей 5-7 лет.

Особенности проведения мероприятий в летний период:

- занятия не проводятся;
- день насыщается мероприятиями в соответствии с комплексно-тематическим планированием с учетом интересов и склонностей детей и их родителей, педагогов;
- максимальное количество мероприятий выносится на улицу, увеличивая продолжительность прогулки.

Задачи работы с педагогами

- Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы.
- Обеспечение методического сопровождения для планирования и организации летнего отдыха.

Задачи работы с родителями

- Повышение компетентности родителей в вопросах организации летнего отдыха детей.
- Привлечение семей к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.
- Осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Ожидаемые результаты

- приобщение детей к ценностям здорового образа жизни;
- развитие эмоционально-волевой сферы воспитанников;
- повышение уровня экологической культуры воспитанников (развитие экологического - гуманного, природоохранного, осознанно-бережного отношения к природе);
- повышение уровня коммуникативных способностей детей;

- повышение эффективности в работе с родителями по вопросам ЗОЖ;
- активизация познавательных интересов детей к трудовой деятельности в природе.

Функционирование здоровьесберегающей, целенаправленной, систематически спланированной работы всего коллектива нашего образовательного учреждения приводит к следующим положительным результатам:

- 1) Снижение детской заболеваемости в летний оздоровительный период;
- 2) отсутствие случаев травматизма и отравления детей;
- 3) повышение уровня физического, психического здоровья детей;
- 4) повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы.

План воспитательно-образовательной работы с детьми на летний оздоровительный период.

Планирование работы с детьми в летний период носит тематический характер. Используется общая тематика проводимых видов организованной и совместной деятельности в течение недели. Содержание их отличается в разных возрастных группах и зависит от возможностей детей.

Комплексно-тематическое планирование ГБДОУ детского сада № 70 на летний период.

месяц	Неделя	Лексические темы	Тематические дни
ИЮНЬ	1 неделя 01.06 – 05.06	«По сказкам Пушкина»	Праздник для детей «День защиты детей»
	2 неделя 08.06 – 11.06	«Россия – Родина моя!»	12.06 «День России»
	3 неделя 15.06 – 19.06	Страна ПДД	16 июня «День первого полёта женщины в космос»
	4 неделя 22.06 – 26.06	«Цветочная поляна».	22 июня «День памяти и скорби»
ИЮЛЬ	1 неделя 29.06 - 03.07	«Безопасное лето»	11 июля «День мыльных пузырей»
	2 неделя 06.07-10.07	«Неделя семьи»	08 июля «День Семьи»
	3 неделя 13.07 – 17.07	Неделя игр. Спортивные развлечения.	20 июля «Международный день шахмат»
	4 неделя 20.07 – 24.07	«Неделя хорошего настроения»	24 «День заботы о себе»
	5 неделя 27.07 – 31.07	«Путешествие в страну Летних чудес»	26 июля День ВМФ

АВГУСТ	1 неделя 03.08 – 07.08	«Сказочные летние приключения»	5 августа «День светофора»
	2 неделя 10.08 – 14.08	«Неделя здоровья»	10 августа «День физкультурника»
	3 неделя 17.08 – 21.08	«Неделя главных символов России»	22 августа «День государственного флага России»
	4 неделя 24.08 – 28.08	«Прощай лето»	28 августа «День мечты»

Система воспитательных и оздоровительных мероприятий с воспитанниками

Наименование	2-я младшая группа	Средняя группа	Средняя группа	Подготовительная группа
Физкультурные досуги и развлечения По расписанию	2 раза в неделю до 15 минут	3 раза в неделю до 20 минут	3 раза в неделю до 25 минут	3 раза в неделю до 30 минут
Музыкальные досуги По расписанию	2 раза в неделю до 15 минут	2 раза в неделю до 20 минут	2 раза в неделю до 25 минут	2 раза в неделю до 30 минут
Физкультурно-музыкальный праздник (с учетом групповой изоляции)	----	----	1 раз в сезон	1 раз в сезон
Утренняя гимнастика В режиме дня	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно Не менее 10 минут	Ежедневно Не менее 10 минут
Ситуации общения и беседы (специально созданные и спонтанные по интересам детей) В режиме дня	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Игровые ситуации (специально созданные и спонтанные по интересам детей) В режиме дня	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Игровые ситуации на площадке ПДД По расписанию	----	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Целевые прогулки на площадку ПДД к	1 раза в неделю до 10 минут	----	----	----

наблюдаемым объектам По расписанию				
Подвижные игры и упражнения на прогулочной площадке в 1-ю половину дня Перед уходом с прогулки или в часы наименьшей инсоляции	3 раза в неделю – до 10 минут	3 раза в неделю – до 10 минут	3 раза в неделю – до 15 минут	3 раза в неделю – до 15 минут
Подвижные игры и упражнения на прогулочной площадке во 2-ю половину дня (игры малой подвижности) В режиме дня	До 4-х раз в неделю до 10 минут	До 4-х раз в неделю до 15 минут	До 4-х раз в неделю до 15 минут	До 4-х раз в неделю до 20 минут
Подвижные игры и физические упражнения на спортивной площадке По расписанию	-----	2 раза в неделю до 15 – 20 минут	2 раза в неделю до 20 минут	2 раза в неделю до 20 минут
Индивидуальная работа по физическому воспитанию В режиме дня	Ежедневно до 3 минут	Ежедневно до 5 минут	Ежедневно до 5 минут	Ежедневно до 5 минут
Физические упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки (физкультминутки)	Ежедневно 2 раза в день, 1 мин	Ежедневно 2 раза в день, 1-2 минуты	Ежедневно 2 раза в день, 2-3 минуты	Ежедневно 2 раза в день, До 5 минут
Контроль за осанкой	В течении всего дня, в том числе во время рисования и прочей деятельности сидя	В течении всего дня, в том числе во время рисования и прочей деятельности сидя	В течении всего дня, в том числе во время рисования и прочей деятельности сидя	В течении всего дня, в том числе во время рисования и прочей деятельности сидя
Гимнастика для глаз	Ежедневно 2 раза в день	Ежедневно 2 раза в день	Ежедневно 2 раза в день	Ежедневно 2 раза в день, в том числе при использовании ЭСО
Продуктивная художественно-творческая	-----	ежедневно	ежедневно	ежедневно

деятельность (специально созданная и спонтанная по интересам детей) В режиме дня				
Наблюдения за погодными и природными изменениями В начале прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно
Детский труд на участке детского сада (помощь малышам, уборка игрового инвентаря, сбор песка в песочницу, уборка веточек, полив клумб из лейки и пр.) В режиме дня	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Самообслуживание (культурно-гигиенические процедуры) В режиме дня	ежедневно	ежедневно	ежедневно	Ежедневно
Детское экспериментирование (специально спланированное и спонтанное по интересам детей) В режиме дня	2-3 раза в неделю	2-3 раза в неделю	2-3 раза в неделю	2-3 раза в неделю

Работа с семьями воспитанников:

<p>Июнь</p> <p>Информирование</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Правила внутреннего распорядка для воспитанников и их родителей (законных представителей); - Паспорт дорожной безопасности ГБДОУ детского сада № 70; - о работе Комиссии по урегулированию споров между участниками образовательных отношений; - о рисках, связанных с детской смертностью; - сведения о месте жительства ребенка, о телефонах родителей (законных
--	--

Сбор сведений	представителей) и других представителях семьи; - заявление на право забирать и проводить ребенка; - оформление договора на оказание услуг в летний период .
Июль - август Информационно-деловое оснащение Оформление	- Материалы для оформления родительского уголка в групповой раздевалке; - выставка детских работ - информационные стенды для родителей (законных представителей);
Консультирование	По запросам родителей (законных представителей).

Ежедневная индивидуальная работа с родителями:

- ежедневный опрос состояния здоровья ребенка (замер температуры, осмотр на предмет отсутствия катаральных явлений);
- кратко о достижениях детей (успехи и удачи ребенка в течение дня);
- по мере необходимости сообщения об особенности поведения, здоровья ребенка в течение дня;
- по мере необходимости о важности соблюдения режима дня для дошкольника в детском саду и дома, выполнения Правил внутреннего распорядка для воспитанников и их родителей (законных представителей).

Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

- утренняя гимнастика;
- прогулка;
- двигательная активность;
- сон без маек, при открытых форточках (в теплое время);
- проветривание помещения;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- хождение по массажной дорожке;
- занятия, прогулки;
- совместные досуги с родителями;

- спортивные праздники и развлечения;
- неделя здоровья;
- соревнования.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период.

1. Организованная деятельность это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация ОД должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечно-сосудистой как наиболее нагружаемых при физических упражнениях. Упражнения подбираются в зависимости от задач непосредственной образовательной деятельности, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования.

Планируются организованные формы образовательной деятельности с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм, праздники, развлечения 3 раза в неделю в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада).

2. Утренняя гимнастика.

Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений; упражнения с предметами и без предметов; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения с использованием крупных модулей, снарядов, простейших тренажеров. Коррекционная гимнастика включает в себя комплексы специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.

3. Подвижные игры. Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей.

Виды игр:

- сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа);
- несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания;
- дворовые;
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол).

Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность игр для всех возрастных групп 10—20 минут.

4. Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы). Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности. Варианты:

- упражнения на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения;
- упражнения на внимание и координацию движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных яблок.
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- корригирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей);
- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на формирование свода стопы.

Проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность:

младшая группа - 5 минут

средняя группа - 8 минут

старшая группа — 10 минут;

подготовительная группа— 12 минут.

5. Элементы видов спорта, спортивные упражнения. Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей. Виды спортивных упражнений:

- футбол;
- баскетбол;

6. Организация двигательного режима

- Прием и утренняя гимнастика на воздухе: все возрастные группы.
- Дыхательная гимнастика: Все возрастные группы (ежедневно после дневного сна).
- Физкультурная образовательная деятельность: Все возрастные группы (2 раза в неделю).
- Оздоровительная ходьба по детскому саду на развитие дыхания: Все возрастные группы (еженедельно).
- Дозированный бег для развития выносливости: Все возрастные группы (ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям).

- Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т. д.): Все возрастные группы (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально).

- Подвижные игры на прогулке: Все возрастные группы (ежедневно).

- Физкультурные досуги и развлечения: Все возрастные группы (еженедельно).

7. Закаливающие мероприятия

- Воздушные ванны: Все возрастные группы (ежедневно в теплую погоду).

- Прогулки: Все возрастные группы (ежедневно).

- Обширное умывание: Все возрастные группы (ежедневно).

- Мытье ног: Все возрастные группы (ежедневно).

Режимы дня.

На тёплый период года - *Приложение 1*

На период неблагоприятных природных условий – *Приложение 2*

На период аномально жаркой погоды – *Приложение 3*

Режим двигательной активности – *Приложение 4*

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Средняя группа (4-5 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.00
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5-6 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, тёплый период года с мая по август)

Процессы Виды деятельности	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей деятельности	08.50 – 09.10
Совместная деятельность	09.10 – 10.10
Перерыв в совместной деятельности	10 минут
2-й завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, при неблагоприятных погодных условиях)

Процессы Виды деятельности	Средняя группа (4-5 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.00
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.10 – 15.30
Полдник	15.30 – 15.50
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.50 – 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	16.50 – 19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, при неблагоприятных погодных условиях)

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5-6 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.15
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 - 08.45
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.45 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.45
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.45 – 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	16.50 -19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(12 часов, при неблагоприятных погодных условиях)

Процессы Виды деятельности	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика	08.00 - 08.10
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	08.50 – 09.00
Занятия (занятия со специалистами)	09.00 – 10.50
Перерыв между занятиями	10 минут
2-й завтрак	10.10 – 10.20
Игры, совместная деятельность и индивидуальная работа	10.10 – 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.20
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.45 - 16.50
Чтение художественной литературы, слушание музыки, взаимодействие с родителями, уход домой	16.50 -19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(на период аномальной жары свыше +28°C)

<p style="text-align: center;">Процессы Виды деятельности</p>	<p style="text-align: center;">Средняя группа (4 - 5 лет)</p>
<p>Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей</p>	<p style="text-align: center;">07.00 - 08.20</p>
<p>Утренняя гимнастика на улице</p>	<p style="text-align: center;">08.00 - 08.10</p>
<p>Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак</p>	<p style="text-align: center;">08.10 – 08.50</p>
<p>Игры, самостоятельная деятельность детей</p>	<p style="text-align: center;">08.50 – 09.00</p>
<p>Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки</p>	<p style="text-align: center;">09.00 - 11.00</p>
<p>2 - ой завтрак</p>	<p style="text-align: center;">11.00 - 11.10</p>
<p>Совместная деятельность</p>	<p style="text-align: center;">11.10 - 11.40</p>
<p>Игры, самостоятельная деятельность детей</p>	<p style="text-align: center;">11.40 - 12.10</p>
<p>Подготовка к обеду, обед</p>	<p style="text-align: center;">12.10 – 12.50</p>
<p>Подготовка ко сну, дневной сон</p>	<p style="text-align: center;">12.50 – 15.15</p>
<p>Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг</p>	<p style="text-align: center;">15.20 – 15.30</p>
<p>Полдник</p>	<p style="text-align: center;">15.30 -15.45</p>
<p>Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа</p>	<p style="text-align: center;">15.45 - 17.00</p>
<p>Подготовка к прогулке, прогулка</p>	<p style="text-align: center;">17.00 – 19.00</p>

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(на период аномальной жары свыше +28°C)

Процессы Виды деятельности	Старшая группа (5 - 6 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.00
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	09.00 - 11.00
2 - ой завтрак	11.00 - 11.10
Совместная деятельность	11.10 - 11.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	11.40 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.15 – 15.25
Полдник	15.25 – 15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 19.00

РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ РЕБЕНКА В ГРУППЕ

(на период аномальной жары свыше +28°C)

Процессы Виды деятельности	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием детей на улице, осмотр, игры, самостоятельная деятельность детей	07.00 - 08.20
Утренняя гимнастика на улице	08.00 - 08.10
Возвращение с прогулки Подготовка к завтраку, завтрак	08.10 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.00
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд) Возвращение с прогулки	09.00 - 11.00
2 - ой завтрак	11.00 - 11.10
Совместная деятельность	11.10 - 11.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	11.40 - 12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.15
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, досуг	15.20 – 15.30
Полдник	15.30 -15.45
Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 – 19.00

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ

Средняя группа

	Вид двигательной активности	пн	вт	ср	чт	пт
I половина дня						
1	Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
2	Занятия по физической культуре	20	20		20	
3	физминутка	2	2	2	2	2
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на утренней прогулке	10	10	20	10	20
5	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	20	20	20	20	20
6	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	40	40	40	40	40
II половина дня						
7	Гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с дорожными ваннами	8	8	8	8	8
8	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	15	15	20	15	20
9	Подвижные игры на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
10	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	30	30	40	30	40
Итого:		2ч50мин	2ч50мин	2ч55мин	2ч50мин	2ч55мин
11	Физкультурный досуг	4 раза в месяц				
12	День здоровья	1 раз в неделю				
	Спортивный праздник	2 раза за лето				

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ

Старшая группа

	Вид двигательной активности	пн	вт	ср	чт	пт
I половина дня						
1	Утренняя гимнастика	12	12	12	12	12
2	Занятия по физической культуре	25	25			25
3	физминутка	6	4	6	4	4
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на утренней прогулке	20	20	30	30	20
5	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	50	50	50	50	50
6	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	30	30	30	30	30
II половина дня						
7	Гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с дорожными ваннами	10	10	10	10	10
8	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	30	30	40	40	30
9	Подвижные игры на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
10	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	40	30	40	30	30
Итого:		3ч58мин	3ч46мин	3ч53мин	3ч41мин	3ч46мин
11	Физкультурный досуг	4 раза в месяц				
12	День здоровья	1 раз в неделю				
	Спортивный праздник	2 раза за лето				

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ

Подготовительная группа

	Вид двигательной активности	пн	вт	ср	чт	пт
I половина дня						
1	Утренняя гимнастика	15	15	15	15	15
2	Занятия по физической культуре	30			30	30
3	физминутка	4	6	6	4	4
4	Подвижные игры и спортивные упражнения на утренней прогулке	20	30	30	20	20
5	Самостоятельная двигательная деятельность на утренней прогулке	50	50	50	50	50
6	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	30	30	30	30	30
II половина дня						
7	Гимнастика после дневного сна, дорожка здоровья в сочетании с дорожными ваннами	10	10	10	10	10
8	Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	30	40	40	30	30
9	Подвижные игры на вечерней прогулке	15	15	15	15	15
10	Самостоятельные игры и прочие движения в режиме дня	30	40	30	30	30
Итого:		3ч54мин	3ч56мин	3ч46мин	3ч54мин	3ч54мин
11	Физкультурный досуг	4 раза в месяц				
12	День здоровья	1 раз в неделю				
	Спортивный праздник	2 раза за лето				