

ПРИНЯТЫ

Педагогическим советом
протокол от «17» 08. 2026г. № 1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

И.Е. Вежлева

Приказ от «17» 08. 2026г. № 71-од

РЕЖИМЫ ДНЯ

ДЕТЕЙ СТАРШЕЙ ГРУППЫ №3 «СВЕТЛЯЧКИ»

КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ТНР (ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ)

на 2026 – 2027 учебный год

РЕЖИМ ДНЯ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)
в холодное время года

Режимные моменты	Время
Взаимодействие с родителями, прием и осмотр детей на улице, игры, самостоятельная детская деятельность,	7.00 - 8.30
утренняя гимнастика	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры до и после завтрака	8.40 – 9.00
Образовательная нагрузка, первое занятие (в перерыве – динамическая пауза и игры)	9.00 - 9.25 9.25-9.35
Второе занятие	9.35-10.00
Самостоятельная деятельность, отдых, игры	10.00-10.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры до и после приема пищи	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Каждый четверг физическая культура (на улице)	10.45-11.10
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры до и после приема пищи	12.00-12.25
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Совместная деятельность педагогов и детей, игры	15.10-15.40
занятия (вторник, среда, пятница)	15.15-15.40
Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры до и после приема пищи	15.40-15.55
Совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная работа с детьми по заданию логопеда, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.50-19.00

Суммарная продолжительность прогулки: 3 ч. 30 мин.; продолжительность дневного сна: 2ч. 35 мин.; суммарный объем двигательной активности в день: не менее 1 ч. 50 мин.

РЕЖИМ ДНЯ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)
в теплое время года

Режимные моменты	Время
Взаимодействие с родителями, прием и осмотр детей на улице, игры, самостоятельная детская деятельность,	7.00 - 8.30
утренняя гимнастика	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры до и после завтрака	8.40 – 9.00
Совместная деятельность педагога и детей, игры	9.00 – 9.25
Занятие на прогулке (при ненастной погоде проводится в помещении)	9.25 – 10.00
Художественно-эстетическое развитие, музыкальное занятие	
Физкультурное занятие	
Совместная деятельность педагога и детей, игры	11.30 – 12.00
Самостоятельная деятельность, отдых, игры	10.00-10.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры до и после приема пищи	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Каждый четверг физическая культура (на улице)	10.40-11.05
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры до и после приема пищи	12.00-12.25
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Совместная деятельность педагогов и детей, игры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры до и после приема пищи	15.40-15.55
Совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная работа с детьми по заданию логопеда, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.50-19.00

РЕЖИМ ДНЯ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)
в период карантина

Режимные моменты	Время
Взаимодействие с родителями, прием и осмотр детей на улице, игры, самостоятельная детская деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30 8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры до и после завтрака	8.40 – 9.00
Чтение детской художественной литературы	9.00 - 9.10
Совместная деятельность педагога с детьми по подгруппам и индивидуально	9.10 - 10.05
Подвижные игры, игры спортивного характера	9.10 - 9.30
Прослушивание музыкальных произведений, сказок или просмотр видеофильмов (сквозное проветривание группы)	9.30 - 9.50
Индивидуально-совместная деятельность по развитию движений, дидактические игры, речь с движением, хороводные игры	9.50 - 10.05
Самостоятельная деятельность, отдых, игры	10.00-10.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры до и после приема пищи	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Каждый четверг физическая культура (на улице)	10.40-11.05
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры до и после приема пищи	12.00-12.25
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Совместная деятельность педагогов и детей, игры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры до и после приема пищи	15.40-15.55
Совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная работа с детьми по заданию логопеда, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.50-19.00

РЕЖИМ ДНЯ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)
в неблагоприятную погоду

Режимные моменты	Время
Взаимодействие с родителями, прием и осмотр детей на улице, игры, самостоятельная детская деятельность,	7.00 - 8.30
утренняя гимнастика	8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры до и после завтрака	8.40 – 9.00
Образовательная нагрузка, первое занятие (в перерыве – динамическая пауза и игры)	9.00 - 9.25 9.25-9.35
Второе занятие	9.35-10.00
Самостоятельная деятельность, отдых, игры	10.00-10.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры до и после приема пищи	10.30-10.40
Чтение художественной литературы (слушание аудиокассет), театрализованная деятельность, просмотр теле - видео передач	10.40-12.00
Совместная деятельность педагога и детей, игры	
В четверг физическая культура в физкультурном зале	10.35-11.00
Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры до и после приема пищи	12.00-12.25
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Совместная деятельность педагогов и детей, игры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры до и после приема пищи	15.40-15.55
Совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная работа с детьми по заданию логопеда, самостоятельная деятельность детей (время может изменяться в зависимости от НОД)	15.55-16.50
НОД (вторник и пятница)	16.00-16.25
Чтение художественной литературы (слушание аудиокассет), театрализованная деятельность, просмотр теле - видео передач	16.50-18.50
Совместная деятельность педагога и детей, игры	
Самостоятельные игры детей, уход домой	18.50-19.00

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ
(для вновь поступающих детей, рекомендации к режимам в случае необходимости)
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, знакомство с ребенком, родителями	Познакомить с детьми, показать все помещения группы, объяснить их назначение. Рассказать о жизни группы.
Утренняя гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании поучаствовать.
Подготовка к завтраку, завтрак	Показать полотенце, понаблюдать, как моет руки, положительно оценить. Показать место за столом. Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми принадлежностями. Не принуждать к еде.
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Напомнить всем последовательность одевания. При необходимости – оказать помощь.
Прогулка	Познакомить с участком группы, соседями, правилами поведения на прогулке. Привлечь к играм.
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры.	Помочь раздеться. Напомнить всем последовательность умывания.
Обед	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Дневной сон	Показать кровать. Понаблюдать, как дети раздеваются, уложить в числе последних. Наблюдение за сном.
Закаливающие мероприятия после сна. Бодрящая гимнастика	Предложить понаблюдать, при желании – принять участие.
Полдник	Напомнить всем правила приема пищи и пользования столовыми приборами. Не принуждать к еде.
Чтение художественной литературы	Предложить присоединиться к детям. При отказе – выбрать себе другой вид деятельности. Не принуждать.
Самостоятельная деятельность	Помочь в выборе деятельности. Оказать помощь
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Объяснить, чем будут заниматься. Предложить понаблюдать, при желании – поучаствовать. Положительно оценить.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Следить за соблюдением правил поведения на прогулке. Привлечь к играм
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Помочь в выборе деятельности.
Уход домой	Положительная оценка пребывания в детском саду.

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ
для детей, ослабленных после болезни, (рекомендации к режимам в случае
необходимости) старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)

Режимные моменты	Рекомендации
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр. Во время утренней гимнастики исключить бег, прыжки (заменить ходьбой)
Подготовка к завтраку, завтрак	Мытье рук теплой водой. Полоскание рта теплой водой.
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Гигиенические процедуры после прогулки	Умывание и мытье рук под наблюдением теплой водой.
Обед	Усадить за стол первым. Полоскание рта теплой водой
Дневной сон	Укладывать первым, поднимать последним.
Закаливающие мероприятия после сна	Исключить на 2 недели
Бодрящая гимнастика	Исключить на 1 неделю
Полдник	Мытье рук теплой водой
Самостоятельная деятельность	Ограничить двигательную активность за счет игр малой подвижности, развивающих, театрализованных, сюжетно-ролевых, дидактических игр
Организованная образовательная деятельность (по подгруппам)	Уменьшить интеллектуальную нагрузку. Во время занятий физической культурой исключить бег, прыжки, уменьшить физическую нагрузку на 50%.
Подготовка к прогулке	Одевать последним, раздевать первым.
Прогулка	Уменьшить двигательную активность за счет спокойных игр, индивидуальных занятий.
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа	Ограничить двигательную деятельность за счет индивидуальных бесед, спокойных игр.
Уход домой	Положительная оценка деятельности

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 25
	б) на улице	1 раз в неделю 25-30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30
	в) физкультминутки (в середине статистического занятия) и между занятиями	Ежедневно 5 в зависимости от вида и содержания деятельности 10
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 25-30
	б) физкультурный праздник	2 раза в год 25-30
	в) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность детей	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

РЕЖИМ ДНЯ
детей старшей группы №3
компенсирующей направленности ТНР (от 5 до 6 лет)
в период адаптации

Режимные моменты	Время
Взаимодействие с родителями, прием и осмотр детей на улице, игры, самостоятельная детская деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30 8.30 - 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры до и после завтрака	8.40 – 9.00
Совместная деятельность педагога и детей, игры Индивидуальная работа, наблюдения за детьми, игровые задания	9.00 – 10.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры до и после приема пищи	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-12.00
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, обед, гигиенические процедуры до и после приема пищи	12.00-12.25
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.25-15.00
Постепенный подъем, воздушные ванны, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Совместная деятельность педагогов и детей, игры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник, гигиенические процедуры до и после приема пищи	15.40-15.55
Совместная деятельность педагогов и детей, индивидуальная работа с детьми, самостоятельная деятельность детей	15.55-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка	16.50-18.50
Возвращение с прогулки, игры, уход детей домой	18.50-19.00