

Орієнтовний режим дня в умовах адаптивного карантину в ЗДО-ЦРД №7 на 2020-2021 н.р.

Завідувач ЗДО –ЦРД №7 Косаківська О.А.

Режимні моменти	ясельні	молодші	середні	санаторні	спеціальна «А»	спеціальна «Б»	старші
Прийом дітей (тренування дрібної моторики, дихальна гімнастика з аромомаслами, самомасаж з використанням природного матеріалу)	7.30-7.55	7.30-7.45	7.30-7.55	7.30-7.40	7.30-7.45	7.30-7.55	7.30-8.10
Підготовка до гімнастики	7.55-8.00	7.45-7.55	7.55-8.05	7.40-7.45	7.45-7.55	7.55-8.05	8.10-8.20
Ранкова гімнастика (корекція постави і профілактика плоскостопості , точковий масаж медитаційні ігри та вправи)	8.00-8.05	7.55-8.01	8.05-8.13	7.45-7.53	7.55-8.03	8.05-8.13	8.15-8.25
Дезінфекція рук. Захід у приміщення ЗДО.	8.05-8.10	8.01-8.06	8.13-8.20	7.53-8.00	8.03-8.10	8.13-8.20	8.25-8.30
Підготовка до сніданку	8.10-8.20	8.06-8.20	8.20-8.30	8.00-8.15	8.10-8.15	8.20-8.30	8.30-8.35
Сніданок (фітотерапія)	8.20-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.15-8.40	8.15-8.40	8.30-8.50	8.35-8.50
Предметна та ігрова діяльність (вільна діяльність дітей)	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Заняття (фізхвилинки, , пальчикова гімнастика, психогімнастика, артикуляційні і мімічні вправи , вправи на розвиток мовного дихання). Після занять (психологічне розвантаження , психогімнастика , медитаційні вправи та ігри , , профілактичні заходи).	9.00-9.40 (11.15-11.30) Фіз..	9.00-9.50 (10.10) Динамічн.	9.00-9.55 (10.25) Динамічн.	9.00-9.55 Динамічн.	9.00-9.55 Динамічн.	9.00-9.55 Динамічн.	9.00-10.35 Динамічн.
II сніданок (пиття молока)	9.35-9.40	9.50-9.55	9.55-10.00	9.55-10.00	9.55-10.00	9.55-10.00	10.00-10.05
Підготовка до прогулянки	9.35-10.00	9.55-10.10	10.00-10.20	10.00-10.15	10.00-10.15	10.00-10.15	10.40-10.50
Прогулянка (вправи на дихання, загальнорозвиваючі вправи, рухливі ігри з використанням фіз.-ігрового обладнання майданчиків, валеокорекція , пальчиковий театр, «зорова гімнастика», імуногімнастика, сміхотерапія)	10.00-11.30 11.15-11.30 фіз	10.10 -12.05	10.20-12.20	10.15-12.15	10.15-12.15	10.15-12.15	10.50-12.30
Дезінфекція рук. Захід у приміщення ЗДО.	11.30-11.35	12.05-12.10	12.20-12.25	12.15-12.20	12.15-12.20	12.15-12.20	12.30-12.35
Повернення з прогулянки, підготовка до обіду	11.30-12.00	12.10-12.20	12.25-12.35	12.15-12.30	12.15-12.30	12.15-12.30	12.35-12.45
Обід (вживання часнику та цибулі під час прийому їжі, фіточай, вживання води з медом)	12.00-12.45	12.20-12.50	12.25-12.50	12.30-12.55	12.30-12.55	12.30-12.55	12.45-13.05
Підготовка до сну	12.45-12.55	12.50-13.00	12.50-13.00	12.55-13.05	12.55-13.05	12.55-13.05	13.05-13.15
Сон	12.55-15.00	12.50-15.00	13.05-15.00	13.05-15.00	13.05-15.00	13.05-15.00	13.15-15.00
Підйом , оздоровчі процедури , ігри. (загартовуючі міроприємства)	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.20
СХД, гуртки , заняття .	15.30-15.40	15.30-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.30-15.50	15.30-15.50	15.20-15.45
Індивідуальне спілкування , ігри.	15.40-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.45-16.00
Вечеря.	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
Підготовка до прогулянки.	16.20-16.30	16.20-16.30	16.15-16.25	16.15-16.25	16.15-16.25	16.15-16.25	16.15-16.25
Прогулянка. Відхід додому.	16.30-18.00	16.30-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00	16.25-18.00

***до 15.10. ранкову гімнастику у молодших, середніх, санаторних та старших групах по чергово (через тиждень) проводить вихователь/фізінструктор на групових майданчиках;**

****в зимовий період ранкова гімнастика проводиться в групових кімнатах в аналогічному режимі;**

*****ранкову гімнастику в спеціальних групах провидить медична сестра ЛФК.**

