

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 8»**

СОГЛАСОВАНО
Протокол педагогического совета
№ 6 от 30.05.2022 г.



**ПЛАН
летней оздоровительной работы
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 8»
на 2021 – 2022 учебный год**

Содержание:

- 1. Цель и задачи работы**
- 2. Организационно-управленческая работа**
- 3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми**
- 4. Методическая работа**
- 5. Система контроля**
- 6. Взаимодействие с родителями**
- 7. План административно-хозяйственной работы**

Приложение № 1

Комплексно-тематический план образовательной работы с детьми на летний период

Приложение № 2

План мероприятий с детьми на летний период

Приложение № 3

Организация режима пребывания детей (теплый период года) в МБДОУ «Детский сад № 8»

1. Цель и задачи работы

Цель:

создание в образовательном учреждении максимально эффективных условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, а также содержательного, эмоционального и комфортного пребывания в летний оздоровительный период.

Задачи:

1. Создать условия образовательного пространства учреждения, обеспечивающие охрану жизни и укрепление психического и физического здоровья детей.
2. Способствовать формированию навыков личной гигиены, привычки к здоровому образу жизни и навыкам безопасного поведения.
3. Развитие познавательных и творческих интересов воспитанников;
4. Предоставлять детям возможность проявлять творчество, инициативу и самостоятельность через разные виды деятельности.
5. Повысить компетентность в вопросах организации летней оздоровительной работы, мотивировать педагогов на улучшение качества организации летнего отдыха дошкольников.
6. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в условиях сложившейся эпидемиологической обстановки.

2. Организационно-управленческая работа

№	Мероприятия	Ответственный
1	Разработка плана летней оздоровительной работы	Старший воспитатель
2	Распределение обязанностей между административно-управленческим, педагогическим и младшим обслуживающим персоналом по благоустройству территории, оборудованию прогулочных площадок в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями на 21 марта 2022 года	Заведующий
3	Подготовить огород, цветник Красочное оформление асфальтового покрытия на прогулочных участках	Воспитатели
4	Провести инструктаж педагогов, по вопросам охраны жизни и здоровья детей: <ul style="list-style-type: none">▪ Профилактика детского травматизма▪ Инструктаж по правилам противопожарной безопасности▪ Реализация мероприятий по профилактике распространения коронавирусной инфекции (COVID-19)	Заведующий

3. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

№	Содержание	Возрастная группа и время проведения	Ответственный
Организация двигательного режима			
1	Прием и утренняя гимнастика на воздухе	Разновозрастная младшая-средняя, старшая, подготовительная группы(ежедневно)	воспитатели
2	Дыхательная гимнастика.	Разновозрастная младшая, средняя, старшая, подготовительная (ежедневно)	воспитатели
3	Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т.д.)	Разновозрастная группа раннего возраста, разновозрастная младшая-средняя, старшая, подготовительная к школе группы (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально)	воспитатели
4	Подвижные игры на прогулке	Разновозрастная группа раннего возраста, Разновозрастная младшая-средняя, старшая, подготовительная к школе группы (ежедневно)	воспитатели
5	Физкультурные досуги и развлечения	По плану	воспитатели

Оздоровительные мероприятия в теплый период времени

№	Перечень мероприятий	Разновозрастная группа раннего возраста	Разновозрастная младшая - средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	Поддержание рационального температурного режима в помещениях ДОУ	+	+	+	+
2	Одежда, соответствующая погоде на данное время	+	+	+	+
3	Утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением на улице в облегченной одежде	+	+	+	+
4	Прогулки на свежем воздухе	+	+	+	+
5	Активная гимнастика с музыкальным сопровождением после дневного сна	+	+	+	+
6	Солнечные ванны	+	+	+	+
7	Воздушные ванны	+	+	+	+
8	Максимальное время пребывания на свежем воздухе	+	+	+	+

4. Методическая работа

Наименование мероприятий	Срок	Ответственные
1. Проведение консультаций для воспитателей по подготовке и проведению летней оздоровительной работы с детьми с детьми летом	май	Старший воспитатель
2. Организация творческие группы воспитателей по подготовке к лету	май	Старший воспитатель
3. Подготовка методических рекомендаций для воспитателей по организации работы с детьми в летний период	июнь	Старший воспитатель
4. Оснащение методического кабинета необходимым материалом в помощь воспитателям: - Оформление летнего стенда; - Подготовить план праздников и развлечений в летний период	июнь	Старший воспитатель

5. Система контроля

№	Оперативный, предупредительный контроль	Тематический контроль, время проведения, ответственный
Июнь		
	<p>Вопросы оперативного контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Организация прогулки в 1-й половине дня ▪ Работа с родителями по теме: «Воспитание здорового ребенка» ▪ Подготовка детей к приему пищи (обед) ▪ Организация и проведение закаливающих процедур ▪ Организация опытнической деятельности детей в летний период <p>Вопросы предупредительного контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ соблюдения режима дня; ▪ укрепление материально-технической базы 	<p>Тема: «Организация и эффективность работы по развитию у детей двигательной активности в режиме дня в летний период» (с 15.06 по 30.06)</p>
Июль		
	<p>Вопросы оперативного контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Охрана жизни и здоровья детей ▪ Использование природных факторов для закаливания в летний период ▪ Разнообразие игровой деятельности ▪ Гигиенические процедуры после прогулки ▪ Проведение прогулки в группе раннего возраста ▪ Проведение утренней гимнастики <p>Вопросы предупредительного контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ готовность к летней оздоровительной работе, новому учебному году; ▪ выполнение натуральных норм питания 	<p>Тема: «Организация воспитательно-образовательной работы по организации экспериментальной деятельности в летний период» время проведения (с13.07 по 27.07)</p>
Август		
	<p>Вопросы оперативного контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ разнообразие трудовой деятельности детей в летний 	<p>Тема: «Состояние воспитательно-</p>

	период <ul style="list-style-type: none"> ▪ Организация закаливающих процедур ▪ Организация досуговой деятельности ▪ Организация прогулки во 2-й половине дня Вопросы предупредительного контроля: <ul style="list-style-type: none"> ▪ выполнение натуральных норм питания; ▪ соблюдения режима дня; ▪ выполнение культурно-гигиенических процедур; ▪ выполнение закаливающих процедур 	образовательной работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни детей в летний период» время проведения (с 13.08 по 27.08)
--	---	--

6. Взаимодействие с родителями

№	Формы работы	Ответственный
1	Консультации с родителями вновь поступающих детей. Индивидуальные консультации по проблемам воспитания детей (по мере необходимости): <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Лето – пора закаляться!» ▪ «Удивительное рядом!» ▪ «Солнце друг и солнце – враг!» ▪ «Берегись автомобиля» 	воспитатели
	Наглядная педагогическая информация для родителей по теме: <ul style="list-style-type: none"> • «Двигательная активность детей в летний период» • «Экологическое образование детей в летний период» • «Секреты безопасного отпуска»; • «Как оказать первую помощь при тепловом ударе, укусах»; • «Сделайте вместе с детьми»; • «Обучение ребенка выполнению элементарных правил безопасности»; • «Секреты хорошего аппетита» • «Берегись автомобиля» • «Внимание: велосипед!» 	Старший воспитатель
2	Организация выставок детского творчества совместно с родителями «Радуга», «Лето красное пришло отдых, радость принесло!»	Воспитатели
3	Привлечение родителей к организации и проведению совместных летних мероприятий (экскурсий, прогулок, досугов, праздников и др.)	Воспитатели

7. План административно-хозяйственной работы

№	Мероприятия	Ответственный
1	Приобретение уборочного инвентаря	Заведующий
2	Декоративный ремонт помещений	Воспитатели
3	Оформление цветника	Воспитатели

Комплексно-тематический план образовательной работы с детьми на летний период

Дата	Проводимое мероприятие	группы
Здравствуй, лето!		
Неделя физкультуры и здоровья		
01.06.22	1. Праздник детства и солнечного света «Лето и мы»: эстафеты, конкурсы. 2. Рисунки на асфальте. «Что такое лето?» 3. Чтение художественной литературы о лете, приметах лета.	Все группы
02.06.22	День подвижных игр. Беседы, игры-эстафеты, конкурсы.	Старшая, подготовительная группы
02.06.22	День спорта. Беседы о спорте, просмотр иллюстративного материала, спортивные игры на участке, спортивные эстафеты.	Младшая –средняя группа
03.06.22	День Веселых мячей. Игры с мячами: спортивные игры, игры-эстафеты. Чтение художественной литературы о играх с мячом	Младшая –средняя группа
03.06.22	Праздник скакалки. Игры, упражнения, рисунки скакалкой. Здоровьесберегающие технологии. Итоговое мероприятия: спортивный досуг «Путешествие по королевству «Будь здоров» Физкультурный праздник «Мой веселый звонкий мяч»	Старшая, подготовительная группы
Неделя патриотического воспитания		
06.06.22	«Россия - Родина моя» Беседы с детьми о предстоящем празднике, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций. Символы России: герб, флаг, гимн. Беседы, рассматривание иллюстраций.	Все группы
07.06.22	Родины просторы: знакомство с нашей страной по карте и глобусу, рассматривание иллюстраций альбомов с видами природы родной страны, ее животным и растительным миром	Все группы
08.06.22	Моя малая Родина: беседы о Нижегородском крае, г. Дзержинске, природе, реках, ресурсах. Рассматривание иллюстраций альбомов с видами города, природы с ее животным и растительным миром	Все группы
09.06.22.	День России: беседы о празднике, традициях празднования, выставка рисунков «С днем рождения Россия». Рассматривание репродукций картин о родной природе	Все группы.
10.06.22.	Беседа о родном городе, рассматривание альбомов, открыток, книг. Конкурс рисунков «Мой город самый лучший» Экскурсии по улицам родного города: Целевые прогулки по улице, на которой расположен детский сад. Музыкальное развлечение «Наша Россия!»	Все группы. Старшая, подготовительная. группы
Неделя безопасности		
14.06.22.	День правил дорожной безопасности. Беседа «Три сигнала светофора» Сюжетно-ролевая игра «Транспорт на улицах большого города»	Все группы.

	Тематическое рисование с оформлением выставки детских рисунков: «Красный, желтый, зеленый» в группах.	
15.06.22.	День правил поведения в природе и на улицах города. Целевая прогулка за территорию детского сада «Что нас ждет у ворот?» - повторение правил поведения, разбор возможных ситуаций. Целевая прогулка по территории детского сада, с целью предупреждения возникновения опасных ситуаций. Коллективное рисование плакатов по ОБЖ	Младшая –средняя группа Старшая, подготовительная группы
15.06.22	День ядовитых красавцев: беседы о ядовитых растениях, грибах, экскурсия – разведка по территории детского сада с целью поиска ядовитых растений. Подстерегающие опасности и культура поведения.	Старшая, подготовительная группы
16.06.22	День пожарной безопасности. Беседы на тему «Спички детям не игрушка». Чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций по пожарной безопасности. Выставка детских рисунков-плакатов: «Жить Здорово- здорово»	Все группы
17.06.22	День правил здорового образа жизни: беседы о полезных и вредных привычках, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстрации Итоговые мероприятия: Квест-игра «Путешествие в страну безопасности», кукольный театр «Как мы лечили петушка»	Все группы
Неделя фольклора		
20.06.22	День Народной культуры и традиций. 1.Рассматривание иллюстраций, беседы по теме. Знакомство с народными приметами. 2.Изобразительная деятельность: конкурс детских работ «Народные гуляния»	Все группы
21.06.22	День русской березки: чтение художественной литературы, беседы, игры, хороводы, русский фольклор.	Все группы
22.06.22	День русской народной сказки Тематическая изобразительная деятельность чтение, инсценирование, просмотр художественных и мультипликационных фильмов по сказкам,	Все группы
23.06.22	День русской народной сказки: чтение художественной литературы, беседы, игры, хороводы, русский фольклор. Выставка детских рисунков «Жили-были сказки.»	Все группы
24.06.22	День русского народного фольклора: знакомство детей с малыми формами русского фольклора, просмотр мультфильмов с данной тематикой, беседы, Вечер хороводных игр «Яблоко и ежик» Праздник «Русских народных игр» (подвижные народные игры)	Все группы
Неделя подвижных игр		
27.06.22	День подвижных игр: вся работа в течение дня строится с использованием разнообразных подвижных и малоподвижных игр.	Все группы
28.06.22.	Праздник мячей: подвижные игры с мячами, эстафеты с использованием мячей, выставка-конкурс детских	Все группы

	рисунков, нарисуй свой мяч.	
29.06.22	День народных игр: беседы, разучивание новых народных игр, включение народных игр в воспитательно-образовательную работу в течение дня	Все группы
30.06.22.	День подвижных игр-эстафет: включение подвижных игр-эстафет в режимные моменты.	Все группы
01.07.22	Физкультурный праздник «Мы любим лето, любим спорт, играем дружно круглый год» Спортивное развлечение «На солнечной полянке»	Все группы
Неделя семьи		
04.07.22	День семейных традиций. Беседа «Наши семейные увлечения». Рисование на любую тему: «Моя семья»	Все группы
05.07.22	День Подарков для любимых мам и пап Беседа «Лучший подарок для мамы, папы...» любимых. Художественное творчество «Открытки для любимых». Чтение художественной литературы:	Все группы
06.07.22	Ромашковый день День любви, семьи и верности: чтение стихов, слушание песен, просмотр презентации посвященных празднику. Рисование «Ромашка – символ семьи».	Все группы
07.07.22	День семьи. Беседы: «Дружная семья всем нужна», «Что такое семья», «Игра-викторина», «Семейные радости» Выставка рисунков «Моя семья», «Семейные традиции». Рассматривание семейных фотографий	Все группы
08.07.22	Выставка «Рукоделье мам и бабушек» Конкурс семейных газет «Семейные традиции». Развлечение «День семьи, любви и верности»	Все группы
Неделя искусства		
11.07.22	День театра. Час интересных сообщений: беседы о театре, театрализованные игры - инсценировки, показ кукольного, настольного, теневого театра. Настольный театр «Веселые музыканты»	Все группы
12.07.22.	День живописи. Час интересных сообщений: беседы о живописи и художниках, рассматривание картин, рисование детей на различную тематику, выставка детских рисунков «Мир глазами детей».	Все группы
13.07.22.	День кино. Час интересных сообщений: беседы о кино, просмотр мультипликационных фильмов, детских художественных фильмов.	Все группы
14.07.22.	День музыки. Час интересных сообщений: беседы о разных музыкальных жанрах, слушание, свободная детская музыкальная деятельность.	Все группы
15.07.22.	День детского творчества: самостоятельная детская творческая деятельность: художественная, музыкальная, театральная. Итоговые мероприятия: Досуг: «Мы приглашаем всех в театр» (показ театрализованной постановки детьми для воспитанников младших групп)	Все группы
Неделя художественного искусства		
18.07.22.	День цветных карандашей. Беседы познавательного	Все группы

	характера «Как делают цветные карандаши» Игры с цветными карандашами. «Рисуем лето карандашами» -выставка детских рисунков.	
19.07.22	День пластилина. Час интересных сообщений: познавательные беседы о свойствах и возможностях пластилина, рассматривание поделок из пластилина, пластилиновые мультфильмы, создание коллективной композиции из пластилина во всех возрастных группах: «Пластилиновая страна».	Все группы
20.07.22.	День аппликации. Час интересных сообщений: экспериментирование с цветной бумагой, создание коллажей. самостоятельная изобразительная деятельность с доступными материалами. Коллективное изготовление коллажей на летнюю тематику.	Все группы
21.07.22.	День разноцветных красок, радужная палитра, познавательные беседы о радуге, цветном спектре, экспериментирование с краской, чтение художественной литературы. Просмотр мультфильмов о красках	Все группы
22.07.22	Развлечение «Путешествие в страну Рисовандию» Конкурс рисунков на асфальте «Краски лета»	Все группы
Неделя экологии		
25.07.22.	Проект «Юный эколог» День охраны природы. Час интересных сообщений: беседы с детьми на экологическую тематику, об охране природы, о заповедниках, о необходимости охраны природы: животных и растений с использованием видеоматериалов, изодетельность по тематике.	Все группы
26.07.22.	День леса. Час интересных сообщений: беседы, рассматривание иллюстраций, экспериментирование, чтение художественной литературы наблюдения в природе с использованием видеоматериалов, изодетельность по тематике.	Все группы
27.07.22	День луга. Час интересных сообщений: беседы, рассматривание иллюстративного материала, чтение художественной литературы с использованием видеоматериалов, изодетельность по тематике. Экскурсия на луг. Целевая прогулка на огород или цветник.	Все группы
28. 07.22.	День водоемов и экологических игр. Час интересных сообщений: беседы, игры с водой, экспериментирование, чтение художественной литературы, с использованием видеоматериалов, изодетельность по тематике, экологические игры	Все группы
29.07.22.	День знатоков экологии: чтение популярной литературы, рассматривание экологической энциклопедии. Итоговые мероприятия: Экологическая викторина: «Друзья природы», театрализованное представление «Лягушачий концерт»	Все группы
Неделя художественной литературы		
01.08.22.	День интересных книг. Чтение, рассматривание иллюстраций, беседы о	Все группы

	прочитанном, о художниках- иллюстраторах работа в уголке книги.	
02.08.22.	День детского писателя С.Я. Маршака/чтение. инсценирование художественных произведений, показ мультфильмов, настольного, кукольного, теневого театра по мотивам произведений С.Я. Маршака	Все группы
03.08.22.	День художников- иллюстраторов: иллюстрируем детские книги, беседы, рассматривание иллюстраций в книгах.	Все группы
04.08.22.	День детского писателя К.И.Чуковского чтение, инсценирование художественных произведений, показ мультфильмов /	Все группы
05.08.22.	Показ художественных фильмов-сказок Развлечение «Литературная гостиная»-фестиваль детской поэзии для детей и о детях. Театральное развлечение «Теремок»	Все группы
Неделя дорожного движения		
08.08.22	Беседа «Три сигнала светофора» День правил дорожной безопасности: познавательные игры по ознакомлению с правилами дорожной безопасности, чтение книг, рассматривание иллюстраций.	Все группы
09.08.22	Беседы с детьми о правилах поведения на улицах города. Тематическое рисование с оформлением выставки детских рисунков: «Красный, желтый, зеленый» в группах.	Все группы
10.08.22	Целевая прогулка по улицам, прилегающим к ДООУ с целью повторения правил уличного движения, Разбор ситуаций движения пешеходов с детьми Сюжетно-ролевая игра «Транспорт на улицах большого города»	Все группы
11.08.22.	Просмотр художественных и мультипликационных фильмов, презентаций на тему правил дорожного движения для детей дошкольного возраста	Все группы
12.08.22	Итоговое мероприятие: Развлечения «Страна дорожных знаков», инсценировка рассказа Н.Павловой «На машине»	Все группы
Неделя музыки		
15.08.22.	День классической музыки: слушание, беседы, импровизация.	Все группы
16.08.22	День народной музыки: слушание, беседы. импровизация.	Все группы
17.08.22.	День музыки природы: слушание, беседы, импровизации.	Все группы
18.08.22.	День детской песни: слушание, пение, беседы, импровизации.	Все группы
19.08.22.	Итоговое мероприятие: Детский концерт «Путешествие в музыкальную страну!». Вечер слушания музыки «Приглашаем на пирог»	Все группы
Неделя дружбы		
22.08.22	Дружат дети на планете: чтение художественных произведений, беседы о дружбе.	Все группы
23.08.22	День добрых дел. Просмотр мультипликационных	Все группы

	фильмов о дружбе, подготовка к «празднику дружбы».	
24.08.22	День воздушного шарика как символа дружбы: конкурс «Чей шарик больше?», эстафеты с шарами, рисование «Шары над городом».	Все группы
25.08.22	Дружные ребята: песни о дружбе, подготовка декораций к концерту «Праздник дружбы».	Все группы
26.08.22	Итоговые мероприятия: Развлечение «Праздник дружбы» Театр игрушек «Как лягушка подружку искала»	Все группы
Неделя «До свидания, лето!»		
29.08.22	День летних фантазий. Кукольный театр «Краденое солнце», рисование по замыслу «Улетает наше лето»	
30.08.22	День «Путешествие в страну Лето» Викторина «Что нам лето принесло!»	
31.08.22	День прощания с летом. Фестиваль детских рисунков на асфальте «Лето –веселая пора» Музыкально – спортивный праздник «До свидания, лето»	Все группы

План мероприятий с детьми на летний период

Группы дошкольного возраста

Сроки проведения	Мероприятия
01.06 -03.06	Праздник детства и солнечного света «Лето и мы» Спортивный досуг «Путешествие по королевству «Будь здоров»»
06.06-10.06	Музыкальное развлечение «Наша Россия!»
13.06.-17.06	Квест-игра «Путешествие в страну безопасности»
20.06.-24.06	Праздник «Русских народных игр» (подвижные народные игры)
27.06-01.07	Физкультурный праздник «Мы любим лето, любим спорт, играем дружно круглый год»
04.07.-09.07	Развлечение «День семьи, любви и верности»
11.07-15.07	Досуг: «Мы приглашаем всех в театр» (показ театрализованной постановки детьми для воспитанников младших групп)
18.07 -22.07	Развлечение «Путешествие в страну Рисовандию» Конкурс рисунков на асфальте «Краски лета»
25.07-29.07.	Экологическая викторина «Друзья природы»
01.08-05.08	Развлечение «Литературная гостиная»-фестиваль детской поэзии для детей и о детях.»
08.08-12.08	Развлечения «Страна дорожных знаков»
15.08-19.08.	Детский концерт «Путешествие в музыкальную страну!».
22.08-26.08	Развлечение «Праздник дружбы»
29.08-31.08	Музыкально – спортивный праздник «До свидания, лето»

Группа раннего возраста

Сроки проведения	Мероприятия
01.06.-03.06	Праздник детства и солнечного света «Лето и мы» Физкультурный праздник «Мой веселый звонкий мяч»
06.06.-10.06	Настольный театр «Веселые музыканты»
13.06.-17.06	Кукольный театр «Как мы лечили петушка»
20.06.-24.06	Вечер хороводных игр «Яблоко и ежик»
27.06-01.07	Спортивное развлечение «На солнечной полянке»
04.07.-08.07	Развлечение «Вот оно какое лето»
11.07-15.07	Досуг «Мы приглашаем всех в театр» (просмотр театрализованной постановки воспитанников дошкольных групп)
18.07.-22.07	Спортивное развлечение «У медведя во бору»
25.07-29.07.	Театрализованное представление «Лягушачий концерт»
01.08-05.08	Театральное развлечение «Теремок»
08.08-12.08	Инсценировка рассказа Н.Павловой «На машине»
15.08-19.08.	Вечер слушания музыки «Приглашаем на пирог»
22.08-26.08	Театр игрушек «Как лягушка подружку искала»
29.08-31.08	Музыкально – спортивный праздник «До свидания, лето»

Организация режима пребывания детей (теплый период года) в МБДОУ «Детский сад № 8»

	Режимные моменты	Разновозрастная группа раннего возраста (1.5– 3 года) 12 час.	Разновозрастная Младшая-Средняя группа (3-5 лет) 12 час.	Старшая группа (5 – 6 лет) 10,5 час.	Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет) 10,5 час.
		В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ			
1	Прием, игры, свободная деятельность	6.00 – 7.50	6.00 – 7.50	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
2	Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00 (воздух)	7.50 – 8.00 (воздух)	8.00 – 8.10 (воздух)	8.00 – 8.10 (воздух)
3	Возвращение с прогулки	8.00 – 8.15	8.00 – 8.15	8.10 – 8.20	8.10 – 8.20
4	Подготовка к завтраку, дежурство	8.15 - 8.30	8.15 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30
5	Завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 8.50	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
6	Подготовка к прогулке, Прогулка	9.00 – 9.15 9.15- 10.15	8.50 – 9.00 9.00 – 10.30	8.45 – 8.55 8.55 – 10.40	8.45 – 8.55 8.55 – 10.40
7	Возвращение с прогулки	10.15 – 10.30	10.30 – 10.40	10.40 – 10.50	10.40 – 10.50
8	2 завтрак	10.30 – 10.40	10.40 – 10.50	10.50 – 11.00	10.50 – 11.00
9	Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 10.50 10.50 – 11.50	10.50 – 11.00 11.00 – 11.50	11.00 – 11.10 11.10 – 12.10	11.00 – 11.10 11.10 – 12.10
10	Подготовка к обеду, дежурство	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30
11	Обед	12.00 – 12.20	12.00 – 12.20	12.30 – 12.40	12.30 – 12.40
12	Подготовка ко сну, чтение перед сном, сон	12.20 – 15.20	12.20 – 15.20	12.40 - 15.10	12.40 - 15.10
13	Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, оздоровительные процедуры	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.10 – 15.30	15.10 – 15.30
14	Полдник	15.30 – 16.00	15.30 – 15.50	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45
15	Игры	16.00 – 16.30	15.50 – 16.30	15.45 – 16.30	15.45 – 16.30
16	Подготовка к прогулке, прогулка	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00
		РЕКОМЕНДУЕМЫЙ РЕЖИМ ДОМА			
17	Прогулка, подготовка к ужину, ужин	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00
18	Спокойные игры, гигиенические процедуры, подготовка ко сну	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30
19	Ночной сон	20.30-6.00 (7.00)	20.30-6.00 (7.00)	20.30-6.00 (7.00)	20.30-6.00 (7.00)

