

«Согласовано»

Старшая медсестра МБДОУ

«Детский сад № 62 «Весняночка»

Т.М.Гатаулина



**ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ**  
**КӨНДӘЛЕК РЕЖИМ**  
**№9 (4–5 яшь)**

|                                                               |                                                                                                                 |                           |                         |                         |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 06.00 -06.20                                                  | Балаларны кабул итү, фильтр. Мөстәкыйль уеннар һәм бердәм эшчәнлек.                                             |                           |                         |                         |
| 06.20 - 08.15                                                 | Саф һавада йөрү. Иртэнге гимнастика, гигиена процедуралары                                                      |                           |                         |                         |
| 07.50 - 08.25                                                 | Иртэнге ашка әзерлек, иртэнге аш.                                                                               |                           |                         |                         |
| Уенлы мөстәкыйль эшчәнлек. БББЭга әзерлек.                    |                                                                                                                 |                           |                         |                         |
| Дүшәмбе                                                       | Сишәмбе                                                                                                         | Чәршәмбе                  | Пәнҗишәмбе              | Жомга                   |
| 8.25 – 8.45                                                   | 8.25-9.00                                                                                                       | 8.25-9.20                 | 8.25-9.15               | 8.25-9.00               |
| БББЭ                                                          |                                                                                                                 |                           |                         |                         |
| 8.45 – 9.05 }<br>9.15 – 9.35 }<br>11.00-11.20<br>(на воздухе) | 9.00 – 9.20<br>11.20-11.40                                                                                      | 9.20 – 9.40<br>9.50-10.10 | 9.15-9.35<br>9.45-10.05 | 9.00-9.20<br>9.55-10.15 |
| 10.02                                                         | Икенче иртэнге аш                                                                                               |                           |                         |                         |
|                                                               | Урамга чыгарга хәзерләнү. Урамга чыгу. Киенү.                                                                   |                           |                         |                         |
| 9.35-11.30                                                    | 9.20 – 11.10                                                                                                    | 10.10 – 11.30             | 10.05 –11.30            | 10.15 –11.30            |
| 11.30 - 11.40<br>(11.10-11.20<br>вторник)                     | Урамнан керү, чишенү, гигиена процедуралары, бердәм эшчәнлек, көндөзге ашка әзерләнү.                           |                           |                         |                         |
| 11.40 – 12.10                                                 | Көндөзге аш.                                                                                                    |                           |                         |                         |
| 12.10 - 15.00                                                 | Гигиена процедуралары, йокыга хәзерлек, йокы.                                                                   |                           |                         |                         |
| 15.00 - 15.15                                                 | Йокыдан тору.<br>Гигиена процедуралары, организмны сәламәтләндерү һәм чыныктыру. Төшке ашка хәзерлек. Төшке аш. |                           |                         |                         |
| 15.15 - 16.10                                                 | Шәхси, мөстәкыйль эшчәнлек, уеннар.                                                                             |                           |                         |                         |
| 16.10 – 16.40                                                 | Кичке ашка хәзерлек. Кичке аш.                                                                                  |                           |                         |                         |
| 16.40 - 18.00                                                 | Саф һавада булу. Уенлы мөстәкыйль һәм бердәм эшчәнлек. Балаларны өйләренә озату. Ата-аналар белән әңгәмә.       |                           |                         |                         |