

РЕЖИМ ДНЯ



Утверждено
 Приказом № 224 от 13.03.2019г.
 Заведующий МБДОУ №2
 Е.Г. Бояркина

Подготовительная группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.25	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность. Индивидуальная работа по развитию мелкой моторики (подготовка руки к письму), беседы, наблюдения, трудовая деятельность. Продуктивная деятельность, занятия по интересам.
8.25 – 8.30	Общее приветствие. Создание положительного настроения. Совместное планирование дня жизни группы
8.30 – 8.40	Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут)
8.40 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурного поведения за столом.
8.55 – 9.00	Подготовка к занятию. Оздоровительная работа: самомассаж всех частей тела.
9.00 – 10.50	Занятия по сетке (учебная нагрузка 3 занятия по 30 минут) Оздоровительная работа: пальчиковая гимнастика, упражнения на снятие напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы. Питьевой режим.
10.50 – 12.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая, трудовая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.30 – 12.40	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду, совершенствование навыков самообслуживания. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.40 – 13.05	Обед. Воспитание культуры еды. Оздоровительная работа: полоскание зева настоями трав (курс две недели с ноября по март по согласию родителей)
13.05 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: использование музыкотерапии и художественной литературы, релаксация сухое влажное обтирание.
15.00 – 15.10	Активный подъем с гигиеническими процедурами.
15.10 – 15.25	Оздоровительная работа: закаливание стоп, кварцевание (декабрь, март), воздушные ванны, контрастное обливание ног.
15.25 – 15.40	Легкий полдник
15.45 – 15.55	Индивидуально компенсирующая работа логопеда, психолога.
15.45 – 16.00	Спокойные занятия по интересам. Ежедневное чтение. Кружковая работа.
16.00 – 16.30	Ручной труд
16.30 – 17.00	Совместная деятельность с детьми, физкультурно-оздоровительная деятельность Музыкально – ритмические движения.
17.00 – 17.20	Подготовка к ужину. Ужин
17.20 – 17.30	Итог дня. Эмоциональная разрядка
17.30 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями. Уход домой

РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 227 от 23.01.2019г.
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина



Средняя группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.25	Прием детей. Оздоровительная работа: самомассаж ушных раковин. Утренняя гимнастика
8.25 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.55 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 10.20	Занятия по сетке Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы в середине занятия. Занятия по физю.
10.20 – 11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка. Двигательная активность. Наблюдения. Игровая деятельность. Труд. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.50 – 12.15	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания, дежурство. Подготовка к обеду. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.15 – 12.50	Обед. Воспитание культуры еды. Оздоровительная работа: полоскание зева (курс две недели с ноября по март, с согласия родителей).
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.25	Подъем, воздушные, водные процедуры, физминутка. Оздоровительная работа: закаливание стоп, кварцевание (декабрь, март), солевые дорожки (декабрь, февраль).
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник.
15.50 – 16.10	Кружковая работа. Оздоровительная работа: точечный массаж
16.10 – 16.55	Подготовка к прогулке. Прогулка
16.55 – 17.00	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания
17.00 – 17.30	Подготовка к ужину. Ужин.
17.30 – 17.35	Итог дня. Эмоциональная разрядка.
17.35 – 18.00	Двигательная активность, познавательно – игровая деятельность, работа с родителями. Оздоровительная работа: создание доброжелательной, радостной атмосферы.
18.00 – 19.00	Чтение, самостоятельная деятельность. Уход домой

Режим дня



Утверждено
Приказом № 884 от 13.08 2019г.
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина

Средняя группа (холодный период) Истоки

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.25	Прием детей. Оздоровительная работа: самомассаж ушных раковин. Утренняя гимнастика
8.25 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.55 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 10.00	Занятия по сетке Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы в середине занятия. Занятия по физо. Оздоровительная работа: точечный массаж перед ОРУ.
10.00-10.10	Второй завтрак (сок)
10.10 – 12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка. Двигательная активность. Наблюдения. Игровая деятельность. Труд. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.15 – 12.30	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания, дежурство. Подготовка к обеду. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.35 – 13.00	Обед. Воспитание культуры еды
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.25	Подъем, воздушные, водные процедуры, физминутка. Оздоровительная работа: закаливание стоп, кварцевание (декабрь, март), солевые дорожки (декабрь, февраль).
15.25 – 15.45	Подготовка к полднику. Полдник.
15.45 – 16.05	Кружковая работа. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Оздоровительная работа.
16:05 – 16.55	Подготовка к прогулке. Прогулка
16.55 – 17.00	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания
17.00 – 17.30	Подготовка к ужину. Ужин.
17.30 – 17.35	Итог дня. Эмоциональная разрядка.
17.35 – 18.00	Двигательная активность, познавательно – игровая деятельность, работа с родителями. Оздоровительная работа: создание доброжелательной, радостной атмосферы.
18.00 – 19.00	Чтение, самостоятельная деятельность. Уход домой

РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 22 от 23.08.2019г.
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина



Младшая группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00	Прием детей. Оздоровительная работа: самомассаж ушных раковин.
8.00 – 8.20	Зарядка. Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика (2-3 раза в неделю).
8.20 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.55 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра. самомассаж всех частей тела(с согласия родителей).
9.00 – 9.40	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
9.40 – 11.40	Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. Навыки самообслуживания. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.40 – 12.00	Возвращение с прогулки. Игры. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.00 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Оздоровительная работа: полоскание (курс две недели с ноября по март, с согласия родителей).
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы, сухое влажное обтирание, аппарат «Лаванда»
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, воздушно – водные процедуры, игры. Оздоровительная работа: закаливание стоп, кварцевание (декабрь, март), солевые дорожки (декабрь, февраль).
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник
15.50 – 16.10	Кружковая, художественная, самостоятельная деятельность.
16.10 – 17.00	Подготовка к прогулке. Прогулка
17.00 – 17.30	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.30 – 17.35	Итог дня. Эмоциональная разрядка
17.35 – 18.00	Двигательная активность, познавательно - игровая деятельность, наблюдения, работа с родителями. Оздоровительная работа: создание доброжелательной, радостной атмосферы.
18.00 – 19.00	Чтение, самостоятельная деятельность. Уход домой

РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 2 от 23.02.2019г.
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина



II группа раннего возраста (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00.	Прием детей. Оздоровительная работа: самомассаж ушных раковин.
8.00 – 8.10	Зарядка. Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика (2-3 раза в неделю).
8.10 – 8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.55 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра .
9.00 – 9.30	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
9.30 – 11.30	Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. Навыки самообслуживания. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.30 – 11.45	Возвращение с прогулки. Игры. Оздоровительная работа, аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
11.45 – 12.20	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков. Оздоровительная работа: полоскание зева (курс две недели с ноября по март. С согласия родителей)
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы, сухое влажное обтирание .
15.00 – 15.25	Постепенный подъем, воздушно – водные процедуры, игры. Оздоровительная работа: закаливание стоп, кварцевание (декабрь, март), солевые дорожки (декабрь, февраль).
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник
15.50 – 16.10	Игры, организованная и , самостоятельная детская деятельность.
16.10 – 17.00	Подготовка к прогулке. Прогулка
17.00 – 17.30	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.30 – 17.35	Итог дня. Эмоциональная разрядка
17.35 – 18.00	Организованная, самостоятельная детская деятельность познавательного - игровая деятельность, двигательная активность. наблюдения, работа с родителями. Оздоровительная работа, создание доброжелательной, радостной атмосферы.
18.00 – 19.00	Чтение, самостоятельная деятельность. Уход домой

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Бояркина Елена Генриховна

Действителен с 12.08.2021 по 12.08.2022