

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 149 от 07.10.2020г.  
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 – 8.45	Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут)
8.45 – 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	Образовательная деятельность. 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	Постепенный подъем, гигиенические процедуры.
15.10 – 15.25	Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.25 – 15.40	Полдник
15.40 – 16.40	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Ежедневное чтение. Ручной труд. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.40 – 17.40	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.40 – 18.00	Подготовка к ужину. Ужин
18.00 – 19.00	Возвращение с прогулки. Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
 Приказом № 65 от 24.07.2020г.  
 Заведующий МБДОУ №2  
 Е.Г. Бояркина



Старшая группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.15	Прием детей. Постепенное вхождение ребенка в жизнь группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребенка. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.15 – 8.20	Общее приветствие. Совместное планирование дня жизни группы
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика. Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.50 – 9.00	Подготовка к занятию. Оздоровительная работа: самомассаж всех частей тела (с согласия родителей)
9.00 – 10.35	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: пальчиковая гимнастика, упражнения на снятие напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы. Питьевой режим.
10.35 – 12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Труд. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.20 – 12.35	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.35 – 13.00.	Обед. Воспитание культуры еды. Оздоровительная работа: полоскание зева (курс две недели с ноября по март. С согласия родителей.)
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: использование музыкотерапии и художественной литературы, релаксация, контрастное обливание ног.
15.00 – 15.15	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Подготовка к полднику. Полдник
15.30 – 16.30	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Оздоровительная работа: Индивидуально компенсирующая работа логопеда, психолога. Ежедневное чтение. Ручной труд. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.30 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.30 – 18.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
18.00 – 19.00	Познавательная-игровая, трудовая деятельность. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 169 от 07.07.2020г.  
Заведующий МБДОУ № 2  
Е.Г. Бояркина



## Средняя группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00	Прием детей. Постепенное вхождение ребенка в жизнь группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребенка. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Общее приветствие. Совместное планирование дня жизни группы
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика. Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.50 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 10.20	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы в середине занятия.
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 – 15.15	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Подготовка к полднику. Полдник.
15.30 – 16.30	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Оздоровительная работа. Индивидуально компенсирующая работа логопеда, психолога. Ежедневное чтение. Ручной труд. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.30 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.30 – 18.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин.
18.00 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая деятельность. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 7 от 21.08.2020г.  
Заведующий МБДОУ №2  
Е.Г. Бояркина



## Младшая группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00	Прием детей. Постепенное вхождение ребенка в жизнь группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребенка. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Зарядка. Оздоровительная работа .
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.40 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 9.50	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
9.50 – 11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.50 – 12.10	Возвращение с прогулки. Игры. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.10 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
12.40 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы.
15.00 – 15.25	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны, солевые дорожки.
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник
15.50 – 16.10	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии, художественная, самостоятельная деятельность.
16.10 – 17.10	Подготовка к прогулке. Прогулка
17.10 – 17.40	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.40 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая деятельность. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 162 от 07.07.2020г.  
Заведующий МБДОУ №2  
Е.Г. Бояркина



## II группа раннего возраста (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00.	Прием детей. Постепенное вхождение ребенка в жизнь группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребенка. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Зарядка.
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.40 – 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. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.30 –11.45	Возвращение с прогулки. Воспитание навыков самообслуживания. Игры. Оздоровительная работа, релаксация под спокойную музыку.
11.45– 12.20	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны, солевые дорожки.
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику. Полдник.
15.40 – 16.10	Игры, организованная и самостоятельная детская деятельность.
16.10 – 17.10	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.10 – 17.35	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.35 – 19.00	Организованная, самостоятельная познавательно - игровая деятельность, двигательная активность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка 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