

РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 230 от 23.07.23г
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина

1 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. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Зарядка.
8.20 – 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.-10.30	Игры, воспитание навыков самообслуживания. Организованная, самостоятельная познавательно - игровая деятельность, двигательная активность.
10.00.	Второй завтрак.
10.40 – 11.40	Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.40 – 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 – 15.15	Постепенный подъем, гигиенические процедуры. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Полдник
15.40 – 16.20	Чтение, беседы . Ручной труд. Игры по интересам. Совместная, самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.20 – 17.20.	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.20 – 17.30	Подготовка к ужину.
17.30.-17-50	Ужин
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.


РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 230 от 23.07.23г
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина

2 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. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Зарядка. Оздоровительная работа.
8.10 – 8.30	Игровая деятельность. Подготовка к завтраку.
8.30 - 8.40	Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.40 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 10.00	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
10.00 – 10.20	Чтение. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
10.00.	Второй завтрак.
10.30.-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки.
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 – 15.15	Постепенный подъем, гигиенические процедуры. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Полдник
15.40 – 16.20	Чтение, беседы . Ручной труд. Игры по интересам. Совместная, самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.20 – 17.20.	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.20 – 17.30	Подготовка к ужину.
17.30.-17-50	Ужин
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.

Режим дня

Утверждено
Приказом № 230 от 23.07.23г
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. 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 – 8.30	Подготовка к завтраку.
8.30.-8.50	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.	Второй завтрак (сок)
10.40 – 12.10	Подготовка к прогулке. Прогулка. Двигательная активность. Наблюдения. Игровая деятельность. Труд. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.10 – 12.30	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания, дежурство. Подготовка к обеду. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.30 – 13.00	Обед. Воспитание культуры еды
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.15	Постепенный подъем, гигиенические процедуры. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Полдник
15.40 – 16.20	Чтение, беседы. Ручной труд. Игры по интересам. Совместная, самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.20 – 17.20.	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.20 – 17.30	Подготовка к ужину.
17.30.-17-50	Ужин
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.


Режим дня

Утверждено
Приказом № 230 от 23.07.23г
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. 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.
10.00.	Второй завтрак.
10.45 – 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 поведения за столом еды.
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, гигиенические процедуры. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Полдник
15.40 – 16.20	Чтение, беседы. Ручной труд. Игры по интересам. Совместная, самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.20 – 17.20.	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.20 – 17.30	Подготовка к ужину.
17.30.-17-50	Ужин
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.

Режим дня

Утверждено
Приказом № 230 от 23.07.23г
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.
10.00.	Второй завтрак.
10.10 – 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.
13.05 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: использование музыкотерапии и художественной литературы, релаксация сухое влажное обтирание.
15.00 – 15.15	Постепенный подъем, гигиенические процедуры. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Полдник
15.40 – 16.20	Чтение, беседы. Ручной труд. Игры по интересам. Совместная, самостоятельная деятельность.
16.20 – 17.20.	Подготовка к прогулке, прогулка. Двигательная активность, игры, наблюдения, работа с родителями.
17.20 – 17.30	Подготовка к ужину.
17.30.-17-50	Ужин
17.50 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая, самостоятельная деятельность. Игры по интересам. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка. Уход домой.