

Организация режима дня

Режим дня разработан с учётом следующих **принципов**:

- *соблюдение режима дня в ДОО* в соответствии с функциональными возможностями ребенка, его возрастом и состоянием здоровья;
- *соблюдение баланса между разными видами активности* (умственной, физической и др.) *и отдыха; их чередование;*
- *наличие времени для организованной и самостоятельной (нерегламентированной и свободной) деятельности ребёнка;*
- *организация гибкого режима пребывания детей в ГОУ* (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.);
- *проведение мероприятий по профилактике утомления отдельных детей.*

Режим дня в холодный период года

	Группа раннего возраста	младшая	средняя	старшая	подготовительная
В дошкольном учреждении					
Прием детей, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, утренняя гимнастика.	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство.	8.00-8.20	8.20-9.00	8.15-8.45	8.20-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа.	8.20-8.50	-	8.45-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность.	8.50-9.00 9.00-9.10 (по подгруппам)	9.00-9.40	9.10-10.00	9.00-10.15	9.00-10.50
2-й завтрак	9.10-9.30	10.00-10.10			
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.15	9.50-11.30	10.20-11.50	10.30-12.20	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.15-11.45	11.30-12.00	11.50-12.10	12.20-12.40	12.30-12.45
Обед	11.45-12.20	12.00-12.30	12.10-12.40	12.40-13.00	12.45-13.10
Спокойные игры, «Минутка тишины», подготовка ко сну	12.20-12.30	12.30-12.40	12.40-12.50	13.00-13.10	13.10-13.20
Дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.10-15.00	13.20-15.00
Постепенный подъем, закаливание, самостоятельная деятельность	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Полдник	15.15-15.30	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Самостоятельная деятельность Индивидуальная работа	15.30-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.10	15.40-16.10
Организованная образовательная деятельность	16.00-16.10	-	-	-	-
Чтение художественной литературы	-	16.00-16.10	16.00-16.10	16.10-16.20	16.10-16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10-17.10	16.10-17.20	16.10-17.20	16.20-17.30	16.20-17.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подг. к ужину	17.10-17.30	17.20-17.40	17.20-17.45	17.30-17.45	17.30-17.45

Ужин	17.30-18.00	17.40-18.00	17.45-18.05	17.45-18.05	17.45-18.05
Чтение художественной литературы	18.00-18.10	-	-	-	-
Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа, уход домой.	18.10-19.00	18.00-19.00	18.05-19.00	18.05-19.00	18.05-19.00

Режим дня на летний оздоровительный период

Режимные моменты	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Утренний прием, игры на воздухе	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 9.10	8.30 – 9.00
Организованная образовательная деятельность («физическая культура», «музыка»).	9.10-9.20 (9.30)	9.00-9.25 (9.30)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (игры, тематические прогулки, развлечения)	9.10 – 12.30	9.00 – 12.50
Подготовка к обеду, вводные процедуры, обед	12.30 – 13.10	12.50 – 13.20
Дневной сон	13.10 – 15.10	13.20 – 15.00
Постепенный подъем, водные процедуры, игры	15.10 – 15.30	15.00 – 15.35
Полдник	15.30 – 16.00	15.35 – 15.55
Игры, досуги, кружки, развлечения	16.00-16.40	15.55-16.40
Прогулка (игры, досуги, развлечения), уход домой	16.40 – 19.00	16.40 – 19.00

Режим предполагает специально отведенное время, названное «Минутка тишины». Снимается физическое напряжение и утомляемость детей.