

## РЕЖИМ ДНЯ

2022 -2023 уч. г.

### Пояснительная записка

Режим составлен в соответствии с требованиями Сан.Пин 2.4.1.3049-13, Учебным планом ДОУ, Уставом ДОУ, Правилами внутреннего трудового распорядка ДОУ и инновационной программой дошкольного образования «От рождения до школы» (издание пятое (инновационное), дополненное и переработанное) под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом: построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

#### Организация режима дня

При проведении режимных процессов ДОУ придерживается следующих правил:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

#### Основные принципы построения режима дня

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

Организация режима дня проводится с учётом холодного и теплого периодов года.

## Ранний возраст

### Холодный период

	2-я группа раннего возраста (второй год жизни)	1-я младшая группа	ГКП
	1,6 м. – 2 года	С 2-х до 3-х лет	1,5 – 2 г.
Приход детей в детский сад, осмотр, самостоятельная деятельность детей, общение	7.00-7.50	7.00-7.50	8.00-8.50
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00	8.50-9.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30	-
Самостоятельная деятельность, игры	8.30-9.30	8.30—9.30	9.00-9.30
Игры-занятия	9.00-9.10 – 9.20 По подгруппам	9.00-9.20 (по подгруппам)	9.00-9.20 (по подгруппам)
Второй завтрак	9.30	9.30	-
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.30-11.30	9.30-11.30	9.30-12.00 Уход домой
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00	-
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем	12.00-15.00	12.00-15.00	-
Гигиенические, закаливающие процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20	-
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.20-15.50	15.20-15.50	-
Совместная деятельность взрослого с детьми и/или игры-занятия	15.50-16.20 (по подгруппам)	15.50-16.50	-
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры уход детей домой	16.50-19.00	16.50-19.00	-

### Теплый период

	2-я группа раннего возраста (второй год жизни)	1-я младшая группа
	1,6 м. – 2 года	С 2-х до 3-х лет
Приход детей в детский сад, осмотр, самостоятельная деятельность детей, общение (на прогулке)	7.00-7.50	7.00-7.50
Утренняя гимнастика (на воздухе)	7.50-8.00	7.50-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30
Самостоятельная деятельность, общение, игры	8.30-9.30	8.30—9.30
Второй завтрак	9.30	9.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения, игры. Воздушные и солнечные процедуры. Самостоятельная двигательная деятельность с соблюдением питьевого режима. возвращение с прогулки	9.30-11.30	9.30-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00
Постепенный подъем. Коррекционная гимнастика после сна. «Дорожка здоровья». Воздушные и водные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.20-15.50	15.20-15.50
Музыкальные, физкультурные развлечения. Индивидуальная работа. Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.50-16.50	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, игры уход детей домой	16.50-19.00	16.50-19.00

**Дошкольный возраст (от 3х – до 8-ми лет)  
Холодный период**

Режимные моменты	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20	8.15-8.25	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.25-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Образовательная деятельность	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
2-й завтрак	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.05	10.05-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.50	10.00-12.00	10.05-12.05	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	11.50-12.15	12.00-12.20	12.05-12.25	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	12.20-12.50	12.25-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.50-15.20	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, гигиенические, закаливающие процедуры	15.15-25	15.20-15.40	15.15-15.45	15.20-15.40
Уплотненный полдник	15.25-15.45	15.40-16.00	15.45-16.00	15.40-16.00
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.45-16.15	16.00 – 16.40	16.00-16.40	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.15-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.30-19.00

**Теплый период**

Режимные моменты	2-я младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20
Утренняя гимнастика (на воздухе)	8.00-8.10	8.10-8.20	8.15-8.25	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.25-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Образовательная деятельность	9.00-9.40	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
2-й завтрак	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.05	10.05-10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения, игры. Воздушные и солнечные процедуры. Самостоятельная деятельность.	9.50-11.50	10.00-12.00	10.05-12.05	10.50-12.10
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, чтение художественной литературы	11.50-12.15	12.00-12.20	12.05-12.25	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.45	12.20-12.50	12.25-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.15	12.50-15.20	12.45-15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем. Коррекционная гимнастика после сна. «Дорожка здоровья». Воздушные и водные процедуры	15.15-25	15.20-15.40	15.15-15.45	15.20-15.40
Уплотненный полдник	15.25-15.45	15.40-16.00	15.45-16.00	15.40-16.00
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность, индивидуальная работа	15.45-16.15	16.00 – 16.40	16.00-16.40	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.15-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.30-19.00