

Примерный режим дня для воспитанников МОУ детского сада № 214 Кировского района Волгограда

| Режимные моменты | 2 группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная к школе группа |
|---|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| Прием и осмотр детей, игра, самостоятельная деятельность. | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 7.50 - 8.00 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 7.50 – 8.30 | 8.10 - 8.50 | 8.10 – 8.50 | 8.10 – 8.50 | 8.10 – 8.30 |
| Утренний круг | | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, занятия (фронтальные и по подгруппам), включая динамические паузы | 8.30 – 9.20 (9.00 – 9.20 игры-занятия по подгруппам) | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 11.00 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак | 9.20 - 9.50 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 |
| Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа | 9.50 – 10.10 | | | 10.10 – 10.35 | |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка | 10.10-11.15 | 10.10 - 12.00 | 10.10 - 12.10 | 10.35 – 12.35 | 11.00 - 12.40 |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед | 11.15-11.30 11.30-12.00 | 12.00 – 12.20 12.20 – 12.50 | 12.10 – 12.25 12.25 – 12.55 | 12.35 – 12.50 12.50 – 13.10 | 12.40 – 12.55 12.55 – 13.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.00-15.00 | 12.50 – 15.20 | 12.55 – 15.25 | 13.10 – 15.40 | 13.15 – 15.45 |
| Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, игры | 15.00-15.30 | 15.20 – 15.40 | 15.25 – 15.45 | 15.40 – 16.00 | 15.45 – 16.05 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник | 15.30-16.00 | 15.40 – 16.00 | 15.45 – 16.05 | 16.00 – 16.20 | 16.05 – 16.25 |
| Подготовка к организованной образовательной деятельности, игры-занятия, досуги, совместная деятельность педагога с детьми | 16.00 – 16.20 (игры-занятия по подгруппам) | 16.00 – 16.15 | 16.05 – 16.25 | 16.20 – 16.45 | 16.25 – 16.55 |
| Вечерний круг | | 16.50 – 17.00 | 16.50 – 17.00 | 16.50 – 17.00 | 16.55 – 17.05 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.20-19.00 | 16.15 - 19.00 | 16.25 - 19.00 | 16.45 – 19.00 | 16.55 - 19.00 |

Режим дня при неблагоприятных погодных условиях (дождливая погода, сильный ветер, сильный мороз)

| Режимные моменты | 2 группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная к школе группа |
|---|--|----------------------|----------------------|----------------------|---------------------------------|
| Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная) | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика | 7.50 - 8.00 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 | 8.00 - 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 7.50 – 8.30 | 8.10 - 8.40 | 8.10 – 8.40 | 8.10 – 8.30 | 8.10 – 8.30 |
| Утренний круг | | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, занятия (фронтальные и по подгруппам), включая динамические паузы | 8.30 – 9.20 (9.00 – 9.20 игры-занятия по подгруппам) | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.00 | 8.50 – 10.00 | 8.50 – 10.40 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак | 9.20 - 9.50 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 |
| Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность с воспитателем | 9.20 - 11.30 | 10.10 - 12.20 | 10.10 - 12.25 | 10.10 – 12.50 | 10.40 - 12.55 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.30-12.00 | 12.20 – 12.50 | 12.25 – 12.55 | 12.50 – 13.10 | 12.55 – 13.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.00-15.00 | 12.50 – 15.20 | 12.55 – 15.25 | 13.10 – 15.40 | 13.15 – 15.45 |
| Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, игры | 15.00-15.30 | 15.20 – 15.40 | 15.25 – 15.45 | 15.40 – 16.00 | 15.45 – 16.05 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник | 15.30-16.00 | 15.40 – 16.00 | 15.45 – 16.05 | 16.00 – 16.20 | 16.05 – 16.25 |
| Подготовка к организованной образовательной деятельности, игры-занятия, досуги, совместная деятельность педагога с детьми | 16.00 – 16.20 (игры-занятия по подгруппам) | 16.00 – 16.15 | 16.05 – 16.25 | 16.20 – 16.45 | 16.25 – 16.55 |
| Вечерний круг | | 16.50 – 17.00 | 16.50 – 17.00 | 16.50 – 17.00 | 16.55 – 17.05 |
| Индивидуальная работа, игры, уход домой | 16.20-19.00 | 16.15 - 19.00 | 16.25 - 19.00 | 16.45 – 19.00 | 16.55 - 19.00 |

Режим дня групп общеразвивающей направленности для детей 3 – 7 лет на летний период

| Режимные моменты | Младшая группа 3 – 4г. | Средняя группа 4 – 5л. | Старшая группа 5 – 6л. | Подготовительная к школе группа 6 – 7л. |
|--|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--|
| Приём, осмотр детей, совместная деятельность, самостоятельные игры | 7.00 - 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.00 |
| Утренняя гимнастика при открытых окнах | 8.00 - 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 | 8.00 – 8.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 - 8.40 | 8.10 - 8.40 | 8.10 - 8.30 | 8.10 - 8.30 |
| Утренний круг | 8.40 – 9.00 | 8.40 – 9.00 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы | 9.00 - 9.45 | 9.00 - 9.50 | 8.50 - 10.00 | 8.50 - 10.00 |
| Совместная образовательная деятельность в разных видах детской деятельности | 9.00– 9.15 | 9.00– 9.20 | 8.50– 9.15 | 8.50– 9.20 |
| Второй завтрак | 9.45 – 9.55 | 9.50 - 10.00 | 10.00 - 10.10 | 10.00 - 10.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная деятельность детей игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры | 9.55 – 11.25 | 10.00 - 11.30 | 10.10 - 12.00 | 10.10 - 12.10 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 11.25–11.40 | 11.30 - 11.45 | 12.00 - 12.15 | 12.10 - 12.25 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40–12.10 | 11.45 - 12.15 | 12.15 - 12.40 | 12.25 - 12.50 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.10–15.30 | 12.15 - 15.30 | 12.40 - 15.30 | 12.50 – 15.30 |
| Постепенный подъем, гигиенические и закаливающие процедуры | 15.30–15.45 | 15.30 - 15.45 | 15.30 - 15.45 | 15.30 – 15.45 |
| Совместная изобразительная, трудовая деятельность, восприятие художественной литературы | 15.45-16.00 | 15.45 - 16.05 | 15.45 - 16.10 | 15.45 - 16.15 |
| Подготовка к уплотнённому полднику, полдник | 16.00–16.20 | 16.05 - 16.25 | 16.10 - 16.30 | 16.15 - 16.30 |
| Музыкальные и физкультурные досуги, развлечения | 16.20 –16.40 | 16.30 - 16.50 | 16.30 – 16.55 | 16.30 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельные игры, уход домой | 16.40 –19.00 | 16.50 - 19.00 | 16.55 - 19.00 | 17.00 – 19.00 |
| Режим дома: прогулка, ужин, спокойные игры, культурно-гигиенические процедуры. | 19.00-21.00 | 19.00-21.00 | 19.00-21.00 | 19.00-21.00 |
| Ночной сон | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 | 21.00-07.00 |

**Примерный режим дня детей от 2 лет до 7 (8) лет
(режим пребывания – 24 часа) холодный и на теплый период года**

| Режимные моменты | Группа детей дошкольники | | Группа детей-дошкольников | |
|---|--------------------------|---|---------------------------|----------------------------|
| | | Режимные моменты | | |
| Прием и осмотр детей, игра, самостоятельная деятельность. | 7.00 – 8.00 | Постепенный подъём детей, осмотр. | | 8.15-8.30 |
| Утренняя гимнастика | 8.00 - 8.10 | Гигиенические процедуры, утренняя гимнастика, творческие игры | | 8.30-9.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.10 – 8.50 | Завтрак. | | 9.00-9.30 |
| Утренний круг | 8.50 – 9.00 | Прогулка, игры, наблюдения, музыкальные и физкультурные мероприятия на воздухе | | 9.30-11.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к организованной образовательной деятельности, занятия (фронтальные и по подгруппам), включая динамические паузы | 9.00 – 10.00 | Второй завтрак.11.00-11.15 | | 11.00-11.15 |
| Подготовка ко 2 завтраку, завтрак | 10.00 - 10.10 | Самостоятельная творческая деятельность, индивидуальная работа с детьми по физическому развитию на улице. | | 11.15-12.30 |
| Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа | 10.10 - 12.10 | Воздушные и солнечные ванны, закаливающие гигиенические процедуры. Чтение. | | 12.30-12.45 12.45-13.00 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка | 12.10 – 12.25 | Обед. | | 13.00-13.30 |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед | 12.25 – 12.55 | Дневной сон. | | 13.30-16.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.55 – 15.25 | Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика, подвижная игра. | | 16.15-16.30 |
| Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, игры | 15.30 – 15.55 | Полдник. | | 16.30-17.00 |
| Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник | | Прогулка, самостоятельные и коллективные творческие игры, музыкальные и физкультурные мероприятия на улице. | | 17.00-18.30 |
| | | Возвращение с прогулки, игры . Подготовка к ужину. Ужин. | | 18.30-19.00 |

| | | | |
|---|---------------|--|--------------|
| Подготовка к организованной образовательной деятельности, игры-занятия, досуги, совместная деятельность педагога с детьми | 15.55 – 16.15 | Спокойные игры, самостоятельная деятельность.. | 19.00-20.30 |
| Вечерний круг | 16.50-17.00 | Чтение, гигиенические процедуры. | 20.30- 21.15 |
| Игры, подготовка к прогулке, самостоятельная свободная деятельностьпрогулка | 17.00 – 18.30 | | 21.15-21.25 |
| Возвращение с прогулки, игры . Подготовка к ужину.Ужин. | 18.30.-19.00 | Ночной сон. | 21.25-7.30 |
| Спокойны игры, чтение, гигиенические процедуры. | 19.00-21.00 | | |
| Ночной сон. | 21.00-7.00 | | |

Адаптационный режим для детей раннего возраста

| Режимные моменты | Время |
|--|--------------|
| В первые дни | |
| Прием ребенка | 8.00-9.00 |
| Общение с ребенком и мамой (родителями) | |
| Адаптационные игры | 9.00-9.20 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми | 9.20-10.20 |
| Общение с ребенком и мамой уход домой | |
| Уход домой | |
| В последующие 3-5 дней | |
| Прием и осмотр, измерение температуры | 7.00-8.30 |
| Адаптационные игры, общение с воспитателем | 8.30-8.45 |
| Гигиенические процедуры | |
| Завтрак | 8.45-9.00 |
| Совместная деятельность с воспитателем в группе | 9.00-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.15 |
| Подготовка к прогулке | 10.15-10.40 |
| Прогулка | 10.40-11.10 |
| Уход домой | 11.00 |
| По мере привыкания | |
| Возвращение с прогулки | 11.10 |
| Гигиенические процедуры | 11.20-11.30 |
| Обед | 11.30-12.00 |
| Уход домой | 12.00 |
| По мере привыкания | |
| Подготовка ко сну, сон | 12.00-15.00 |
| Уход домой | 15.00 |
| Когда ребенок адаптируется, то переводится на основной режим группы | |

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

1. Щадящий режим назначается детям с III и IV группой здоровья, детям, перенесшим заболевания для снижения физической и интеллектуальной нагрузки.
2. Щадящий режим назначается медицинскими работниками: врачом, старшей медицинской сестрой по рекомендации участкового педиатра, в зависимости от состояния здоровья ребенка, диагноза заболевания.
3. Щадящий режим выполняется персоналом, работающим с ребенком.

| Вид деятельности в режиме дня | Ограничения | Ответственный |
|---|---|---|
| Приход в детский сад | По возможности с 8.00 до 8.10. Удлиненный сон. | Родители |
| Утренняя или адаптационная гимнастика | Снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%. | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| Гигиенические процедуры (умывание, полоскание рта после еды) | Температура воды 20-22 градуса, тщательное вытирание рук и лица. | Воспитатель, помощник воспитателя |
| Питание: завтрак, II завтрак, обед, полдник | Докармливание (ранний возраст и младший дошкольный возраст). Первым садится за стол. | Воспитатель, помощник воспитателя |
| Сборы на прогулку (утреннюю, вечернюю) | Одевается в последнюю очередь, выходит на прогулку последним. | Воспитатель, помощник воспитателя |
| Прогулка | Вовлечение в умеренную двигательную активность. | Воспитатель |
| Возвращение с прогулки | Возвращается первым под присмотром взрослого. | Воспитатель, помощник воспитателя |
| Организованная образовательная музыкальная и физкультурная деятельность | Отмена или снижение нагрузки по бегу, подскокам и прыжкам на 50%. | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель |
| Организованная образовательная деятельность статического, интеллектуального плана | Вовлечение в активную интеллектуальную деятельность в первой половине дня. | Воспитатель |
| Дневной сон | Укладывается первым, подъем по мере просыпания. | Воспитатель, помощник воспитателя |
| Совместная деятельность педагога с воспитанником | Учет настроения, желания, физического состояния. | Воспитатель |
| Самостоятельная деятельность | Предлагать места, удаленные от окон и дверей. | Воспитатель |
| Уход домой | По возможности до 18.00 | Родители |