

Примерный режим дня в разных возрастных группах МБДОУ детского сада №27

Холодный период

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
Прием и осмотр детей, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность.	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.35	8.10 -8.45	8.20-8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности	8.35 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.15 9.20-9.35 По подгруп.	9.00-9.15 9.30-9.45	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-9.55	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Подготовка ко 2 завтраку, завтрак	9.45-9.50	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.50-11.20	10.20-12.00	10.20- 12.15	10.35-12.35	10.50-12.35
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, обед	11.20 -11.45 11.45-12.15	12.00-12.20 12.20-12.50	12.15-12.30 12.30-13.00	12.25-12.45 12.45-13.10	12.35-12.45 12.45-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.10-15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры игры	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Игры, труд, самостоятельная деятельность детей	15.15-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.40-16.10	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.10-18.30	16.20-18.30	16.20-18.30	16.20-18.30	16.20-18.30

Режим дня на неблагоприятные погодные условия (дождливая погода, сильный ветер, сильный мороз)

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
Прием и осмотр детей, самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная)	7.00 – 8.10	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.30
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.05 – 8.35	8.10 – 8.45	8.20 – 8.50	8.30 – 8.55	8.30 – 8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.35 – 9.00	8.45 – 9.10	8.50 – 9.10	8.55 – 9.10	8.55 – 9.15
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.40	9.10-10.10	9.10-9.30 9.40-10.00	9.05 - 10.35	9.15-10.50
2-ой завтрак	9.45-9.50	10.10-10.20	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20
Игры, самостоятельная деятельность, совместная деятельность с воспитателем	9.50-11.45	10.10-12.20	10.10-12.30	10.35-12.45	10.50-12.45
Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.15	12.20 – 12.50	12.30 – 13.00	12.45 – 13.10	12.45 – 13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.15 – 15.00	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00	13.10 – 15.00	13.15– 15.00
Подъем, оздоровительные мероприятия	15.00 – 15.15	15.00 – 15.20	15.00 – 15.25	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
Чтение художественной литературы, досуговая деятельность	15.15 – 15.40	15.20 – 15.40	15.25 – 15.50	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.40 – 16.10	15.40 – 16.20	15.50 – 16.20	15.40 – 16.20	15.40 – 16.20
Совместная с педагогом деятельность, самостоятельная деятельность, игры	16.10 – 18.20	16.20 – 18.20	16.20 – 18.20	16.20 – 18.20	16.20 – 18.20
Индивидуальная работа, игры, уход домой	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00

Теплый период

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр детей на улице, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.30 – 8.40
Возвращение с улицы	8.05 - 8.15	8.10 - 8.20	8.10 - 8.20	8.30 - 8.40	8.40 - 8.45
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 - 8.45	8.20 - 8.50	8.20 - 8.45	8.40 – 9.00	8.45 – 9.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.45-9.10	8.50-9.15	8.45 - 9.05	9.00 - 9.15	9.10 - 9.20
Совместная деятельность, досуги	9.10-9.50	9.15-10.10	9.05-9.50	9.15-10.00	9.20 -10.00
Возвращение с прогулки	9.50-10.00	10.10-10.20	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к завтраку, второй завтрак	10.00-10.10	10.20-10.30	10.10-10.20	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.10 -11.45	10.30 -12.00	10.20-10.30	10.20-10.30	10.20-10.30
Прогулка. Наблюдения, игры, самостоятельная деятельность	11.45-12.10	12.00-12.20	10.30 -12.10	10.30-12.30	10.30-12.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игровая, самостоятельная деятельность	12.10-12.30	12.20-12.50	12.10-12.30	12.30-12.45	12.30-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.30-15.00	12.50-13.00	12.30-13.00	12.45-13.15	12.45-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	15.00-15.20	13.00-15.00	13.00-15.00	13.15-15.00	13.15-15.00
Подъем, бодрящая гимнастика	15.20-15.35	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.25
Индивидуальная работа, игры	15.35-15.50	15.20-15.50	15.20-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.50-16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игровая, художественно-продуктивная деятельность, развлечения, наблюдения, индивидуальная работа)	16.00-18.30	16.00-18.30	16.00-18.30	16.00-18.30	16.00-18.30
Возвращение с прогулки. Индивидуальная работа, игры.	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00
Уход домой					

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
Непрерывная непосредственно образовательная музыкальная и физкультурная деятельность	Отмена или снижение нагрузки по бегу, подскокам и прыжкам на 50%.	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
Непрерывная непосредственно 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
Гигиенические и закаливающие процедуры	Снимается пижама, надевается сухая футболка (майка). Отмена водных закаливающих процедур на две	Воспитатель, помощник воспитателя

	недели или на месяц. Начинаем закаливающие процедуры с 36 (дошкольный возраст).	
Совместная деятельность педагога с воспитанником	Учет настроения, желания, физического состояния.	Воспитатель
Самостоятельная деятельность	Предлагать места, удаленные от окон и дверей.	Воспитатель
Уход домой		Родители