

Организация режима пребывания детей в ДОУ

Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Режим дня в холодный период

Режимные моменты	I-я мл. гр.	II-я мл. гр.	Средняя группа	Старшая группа	Подг. к школе гр.
Дома:					
Подъём, утренний туалет	6.00 – 6.30				
В ДОУ:					
Приём, самостоятельная деятельность	7.00– 8.00	7.00 -8.05	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20	8.05-8.35	8.10-8.45	8.15-8.55	8.20-8.55
Самостоятельная деятельность	8.20-9.00	8.35-9.00	8.45-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)	9.00-9.10 9.15-9.25	9.00-9.45	9.00-10.00	9.00-10.30	9.00-11.05
Второй завтрак	10.00–10.10	10.00-10.10	10.00- 10.10	10.00- 10.10	10.00- 10.10
Подготовка к прогулке	9.35-9.40	9.55-10.00	10.10-10.15	10.35-10.45	11.10-11.15
Прогулка	9.40-11.20	10.00-11.40	10.15-12.00	10.45-12.15	11.15-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.20-12.00	11.40-12.05	12.00-12.15	12.15-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.35	12.05-12.35	12.15-12.40	12.20-12.45	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35-15.20	12.35-15.00	12.40-15.00	12.45-15.00	12.50-15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные, водные процедуры,	15.20-15.35	15.00-15.30	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.35-15.40	15.20-15.25	15.15-15.20	15.15-15.20	15.15-15.20
Игры, студийная деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей.	15.40-15.50	15.25-15.55	15.20-16.00	15.20-16.05	15.20-16.30
Чтение художественной литературы	15.50- 16.50	15.55- 16.40	16.00- 16.35	16.05- 16.35	16.30- 16.40
Подготовка к ужину, ужин.	16.50-17.05	16.40-16.55	16.35-16.50	16.35-16.50	16.40-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка	17.05-18.00	16.55-18.00	16.50-18.00	16.50-18.00	16.55-18.00
Возвращение с прогулки, игры	18.00-18.45	18.00-18.45	18.00-18.45	18.00-18.45	18.00-18.45
Уход детей домой	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00
Дома:					
Прогулка с детьми	До 19.30	До 19.30	До 19.30	До 19.30	До 19.30
Возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30	19.30-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30

