

Согласовано
Муниципальное учреждение
здравоохранения Московской области
«Центр развития ребенка – детский сад №21
«Теремок» г. Дубны Московской области»
Педиатром: МУЗ ДДБ
Бектимировой Г.А.
29.08.2014 г.



УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего ДООУ №21
от 29.08.2014 г. № 46 А



**Примерные режимы дня в общеобразовательных группах
муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения центра развития ребенка – детского сада №21
№21 «Теремок» города Дубны Московской области
на 2014 – 2015 учебный год.**

Режим составлен в соответствии с требованиями Сан.Пин 2.4.1.3049-13, Учебным планом ДОУ, Уставом ДОУ, Правилами внутреннего трудового распорядка ДОУ и примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

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 теплого и холодного периодов года.

Теплый период: ранний возраст

7.00-8.00 Приём детей

8.00 – 8.45 Утренняя гимнастика.

Подготовка к завтраку. Завтрак.

8.45- 9.20 Самостоятельная деятельность детей. Игры.

9.20 – 11.30 Подготовка к прогулке. Прогулка.

11.30 – 11.45 Подготовка к обеду.

11.45 – 12.15 Обед.

12.15 – 12.30 Подготовка ко сну.

12.30 – 15.00 Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.20 Полдник.

15.20 -16.05 Самостоятельная деятельность детей.

16.05 – 16.20 Ужин.

16.20 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Теплый период: младшая группа

7.00-8.10 Приём детей.

8.10 – 8.20 Утренняя гимнастика.

8.20 -8.30 Подготовка к завтраку.

8.30 – 8.45 Завтрак.

8.45 - 9.10 Самостоятельная деятельность детей. Игры.

9.10 – 12. 00 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.00 – 12.10 Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.

12.10 – 12.35 Обед.

12.35 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём. Полдник.

15.10 -16.05 Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.

16.05 – 16.15 Подготовка к ужину.

16.15 -16.35 Ужин

16.35 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Теплый период: средняя группа

7.00-8.20 Приём детей.

8.20 – 8.35 Утренняя гимнастика.

8.35 -9.00 Подготовка к завтраку.

Завтрак.

9.00 - 9.20 Самостоятельная деятельность детей. Игры.

9.20 – 12.25 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.25 – 12.50 Подготовка к обеду. Обед.

12.50 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём. Полдник.

15.10 -16.20 Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.

16.20 – 16.40 Подготовка к ужину. Ужин.

16.40 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Теплый период: старшая группа

7.00-8.20 Приём детей.

8.20 – 8.35 Утренняя гимнастика.

8.35 -9.00 Подготовка к завтраку. Завтрак.

9.00 - 9.20 Самостоятельная деятельность детей. Игры.

9.20 – 12.20 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.20 – 12.30 Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.

12.30 -12.55 Обед.

12.50 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём. Полдник.

15.10 -16.20 Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.

16.25– 16.45 Подготовка к ужину. Ужин.

16.45 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Теплый период: подготовительная группа

7.00-8.20 Приём детей.

8.20 – 8.35 Утренняя гимнастика.

8.35 -9.00 Подготовка к завтраку. Завтрак.

9.00 - 9.20 Самостоятельная деятельность детей. Игры.

9.20 – 12.25 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.25 – 12.35 Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.

12.35 -13.00 Обед.

13.00 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём. Полдник.

15.10 -16.20 Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.

16.25– 16.45 Подготовка к ужину. Ужин.

16.45 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Холодный период: ранний возраст

7.00-8.20 Приём детей. Утренняя гимнастика.

8.20 – 8.45 Подготовка к завтраку. Завтрак.

8.45- 9.00 Самостоятельная деятельность детей.

9.00 -9.10 Занятие.

9.10 – 9.40 Игры. Самостоятельная деятельность детей.

9.40 -11.20 Подготовка к прогулке. Прогулка.

11.20 – 11.45 Возвращение с прогулки.

Подготовка к обеду.

11.45 – 12.20 Обед.

12.20– 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.25 Полдник.

15.25 -16.10 Занятие (до 10 минут). Самостоятельная деятельность детей.

16. 10– 16.25 Ужин.

16. 25 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Холодный период: младшая группа

7.00-8.20 Приём детей. Утренняя гимнастика.

8.20 -8.55 Подготовка к завтраку. Завтрак.

8.55- 9.00 Подготовка к занятиям.

9.00 – 9.40 Занятия (2 занятия по 15 минут, перерыв – 10 минут).

9.40 – 10.00 Игры.

10.00 – 12.00 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.00 – 12.20 Возвращение с прогулки.

12.20 – 12.50 Подготовка к обеду. Обед.

12.50 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.20 Полдник.

15.20 -16.15 Чтение художественной литературы (до 15 минут).

Самостоятельная деятельность детей.

16. 15– 16.30 Ужин.

16. 30 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Холодный период: средняя группа

7.00-8.30 Приём детей. Дежурство. Утренняя гимнастика.

8.30 – 8.55. Подготовка к завтраку. Завтрак.

8.55- 9.00 Подготовка к занятиям.

9.00 – 9.50 Занятия (2 занятия по 20 минут, перерыв – 10 минут).

9.50 – 12.10 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.10 – 12.30 Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.

12.30 – 13.00 Обед.

13.00 – 15.00 Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.20 Полдник.

15.20 -16.20 Чтение художественной литературы (до 20 минут)

Самостоятельная деятельность детей.

16. 20– 16.35 Ужин.

16. 35 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Холодный период: старшая группа

7.00-8.40 Приём детей. Дежурство. Утренняя гимнастика

8.40 – 8.55. Подготовка к завтраку. Завтрак.

8.55- 9.00 Подготовка к занятиям.

9.00 – 10.00 Занятия (1 занятие – 20 мин., 2 занятие – 25 мин., перерыв – не менее 10 минут).

10.00– 12.25 Игры. Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.25 – 12.40 Возвращение с прогулки.

12.40 – 13.10 Подготовка к обеду. Обед.

13.10 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.20 Полдник.

15.20 -16.25 Организованная образовательная деятельность (до 25 минут), чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.

16. 25– 16.40 Ужин.

16. 40 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.

Холодный период: подготовительная группа.

7.00-8.30 Приём детей

8.30 – 8.50 Утренняя гимнастика. Дежурство.

8.50 – 9.00 Подготовка к завтраку. Завтрак.

9.00 – 10.50 Подготовка к занятиям. Занятия (3 занятия по 30 минут, перерыв – не менее 10 минут).

10.50 – 12.35 Подготовка к прогулке. Прогулка.

12.35 – 12.45 Возвращение с прогулки.

12.45 – 13.15 Подготовка к обеду. Обед.

13.15 – 15.00 Подготовка ко сну. Дневной сон.

15.00-15.10 Подъём.

15.10 -15.20 Полдник.

15.20 -16.30 Организованная образовательная деятельность (до 30 минут), чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.

16. 30– 16.45 Ужин.

16. 45 – 19.00 Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей.

Уход домой.