**Примерный режим дня для воспитанников МБДОУ детский сад № 5 «Звоночек».**

Режим строится в строгом соответствии с санитарно-гигиениче­скими требованиями. Он организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной активности в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

* Время приёма пищи;
* Укладывание на дневной сон;
* Общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.

**Примерный режим дня в холодный период года 1 младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **1младшая группа** |
| Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика | 7.30- 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30- 9.00 |
| Игры, подготовка к образовательной деятельности | 9.00-9.10 |
| Образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе (НОД) | 9.10- 9.40 |
| Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. | 9.40-11.00 |
| Возращение с прогулки, игры Подготовка к обеду | 11.00-11.30 |
| Обед. | 11.30-12.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.00-15.00 |
| Постепенный подъем детей, воздушные процедуры, игровой массаж | 15.00- 15.30 |
| Полдник | 15.30- 16.00 |
| Игры, досуги, совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность по интересам, прогулка, уход домой | 16.00-17.30 |

**Примерный режим дня в теплый период года 1 младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **1младшая****группа** |
| Прием детей на воздухе, игры, работа с родителями | 7.30- 8.20 |
| Утренняя гимнастика | 8.20-8.25 |
| Подготовка к завтраку | 8.25-8.30 |
| Завтрак | 8.30-8.55 |
| Подготовка к прогулке | 8.55-9.00 |
| Прогулка игры, совместная деятельность воспитателя с детьми: наблюдения, закаливающие мероприятия | 9.00-11.30 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 11.30-11.40 |
| Обед | 11.40-12.10 |
| Подготовка ко сну, сон | 12.10-15.10 |
| Подъем, гимнастика подготовка к полднику | 15.10-15.30  |
| Полдник | 15.30-16.00 |
| Игры, самостоятельная, художественная деятельность, прогулка и уход домой | 16.00-17.30 |

**Примерный режим дня во 2 младшей группе**

**(в холодный период)**

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Приём, осмотр, игры | 7.30 – 8.10 |
| Утренняя гимнастика | 8.10 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку, КГН | 8.20 – 8.30 |
| Завтрак | 8.30 – 8.55 |
| Игра, самостоятельная деятельность | 8.55 – 9.00 |
| НОД | 9.00 – 9.159.25 – 9.40 |
| Игры, подготовка к прогулке, прогулка | 9.40 – 11.40 |
| Возвращение с прогулки, КГН | 11.40 – 11.50 |
| Подготовка к обеду. Обед | 11.50 – 12.20 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон. | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъём, закаливающие процедуры | 15.00 – 15.30 |
| Полдник | 15.30 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Игры на участке | 16.00 – 17.30 |

**Примерный *режим дня во 2 младшей группе***

***(в теплый период)***

|  |  |
| --- | --- |
|  Время | Режимные моменты |
| 7.30-8.30 | Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, общение |
| 8.30-8.55 | Подготовка к завтраку, завтрак |
| 8.55-9.00 | Свободное общение детей |
| 9.00-9.30 | Игры, самостоятельная деятельность |
| 9.30-12.15 | Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирова­ние, общение по интересам), воздушные и солнечные процедуры, закаливание  |
| 12.15-12.30 | Возвращение с прогулки, водные процедуры |
| 12.30-12.50 | Подготовка к обеду, обед |
| 12.50-15.00 | Подготовка ко сну, сон |
| 15.00-15.40 | Постепенный подъем, Самостоятельная деятельность |
| 15.40-16.00 | Подготовка к полднику, полдник |
| 16.00-17.30 | Игры, досуги, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей, прогулка, уход домой |

**Примерный режим дня в старшей группе**

**(в холодный период)**

|  |  |
| --- | --- |
| Время | Режимные моменты |
| 7.30-8.30 | Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, общение |
| 8.30-8.55 | Подготовка к завтраку, завтрак |
| 8.55-9.00 | Подготовка к образовательной деятельности и свободное общение детей |
| 9.00-10.00 | Организованная образовательная деятельность: образовательные ситуации (общая длительность, включая перерыв) |
| 10.00-12.15 | Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирова­ние, общение по интересам), возвращение с прогулки |
| 12.15-12.45 | Подготовка к обеду, обед |
| 12.45-13.00 | Подготовка ко сну |
| 13.00-15.00 | Сон |
| 15.00-15.40 | Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры |
| 15.40-16.00 | Подготовка к полднику, полдник |
| 16.00-16.25 | Организованная образовательная деятельность |
| 16.25-17.30 | Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей, прогулка, уход домой |

**Примерный режим дня в старшей группе**

 **(в теплый период)**

|  |  |
| --- | --- |
| Время | Режимные моменты |
| 7.30-8.30 | Утренний прием, игры, утренняя гимнастика, общение |
| 8.30-8.55 | Подготовка к завтраку, завтрак |
| 8.55-9.00 | Подготовка к образовательной деятельности и свободное общение детей |
| 9.00-9.30 | Игры, самостоятельная деятельность |
| 9.30-12.15 | Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирова­ние, общение по интересам), воздушные и солнечные процедуры, закаливание  |
| 12.15-12.30 | Возвращение с прогулки, водные процедуры |
| 12.30-12.50 | Подготовка к обеду, обед |
| 12.50-13.00 | Подготовка ко сну |
| 13.00-15.00 | Сон |
| 15.00-15.40 | Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры |
| 15.40-16.00 | Подготовка к полднику, полдник |
| 16.00-17.30 | Игры, досуги, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей, прогулка, уход домой |