**РЕЖИМ ДНЯ ДОШКОЛЬНОЙ ГРУППЫ**

 **Особенности организации режимных моментов**

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливают необходимость выполнение режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определённую последовательность периодов подъёма и снижения активности, бодрствования и сна. Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной активности в первой и во второй половине дня.

В условиях разновозрастной группы невозможно абсолютно точно выполнить санитарные нормы временного режима для каждого возраста. При включении в группу нескольких возрастов график распорядка дня ориентируется на средний возраст и является гибким. Для смешанной группы с детьми от трёх до семи лет это — пятилетние дети. Всегда выполняется правило: работу с младшими и медлительными детьми начинают первыми, их первыми одевают на прогулку, первыми готовят ко сну, первыми начинают кормить. Исключение составляет только пробуждение послеобеденного сна — первых поднимают старших детей.

 **Режим дня общеразвивающей разновозрастной ДГ**

Режим дня в летний период немного изменяется: увеличивается длительность пребывания детей на свежем воздухе, в режиме дня нет непосредственной образовательной  деятельности. Работа воспитателя направлена на оздоровление детей, укрепление их здоровья, развитие познавательной активности, осуществление различной совместной и самостоятельной деятельности детей.

**Режим дня младшей группы (3 - 4 года)**

 ***Холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 07.00 – 08.00 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём детей, игры, самостоятельная деятельность | 08.00 – 09.00 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 09.00 – 08.45 |
| Самостоятельная деятельность | 08.45 – 09.00 |
| **НОД 1**Самост. Деятельность (перерыв между НОД) **НОД 2** | 09.00 – 09.1509.15 – 09.2509.25 - 09.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)  | 09.40 –11.40 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.40 –12.00 |
| Обед | 12.00 – 12.20 |
| Подготовка ко сну, **дневной сон** | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъём, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.20 |
| Полдник  | 15.20 – 15.35 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.35 – 16.15 |
| Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 16.15 – 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)  | 16.30 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность и уход детей домой | 17.30 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин | 18.00 – 19.30 |
| Самостоятельная деятельность  | 19.30 – 20.10 |
| Гигиенические процедуры.  | 20.10 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30  |

**Режим дня младшей группы (3 - 4 года)**

 ***Теплый период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| **На улице:** приём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.30 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.55 |
| Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке | 08.55 – 09.15 |
| **Прогулка.** Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, общественно полезный труд, воздушные и солнечные процедуры | 09.15 – 11.35 |
| Совместная деятельность педагога с детьми:  | 09.15 – 09.30 |
| Самостоятельная деятельность | 09.30 - 11.35 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры  | 11.35 – 11.50 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.50 – 12.20 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон  | 12.20 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика | 15.00 – 15.20 |
| Полдник | 15.20 - 15.35 |
| **Прогулка,** игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд | 15.35 – 17.45 |
| Совместная деятельность педагога с детьми, игры | 15.35 – 15.50 |
| Чтение художественной литературы | 15.50– 16.05 |
| Самостоятельная деятельность  | 16.05 – 17.45 |
| Уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 18.00 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30 (07.30) |

**Режим дня средней группы (4 – 5 лет)**

 ***Холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём детей, самостоятельная деятельность | 07.30 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.45 |
| Самостоятельная деятельность | 08.45 – 09.00 |
|  **НОД 1**Самост. деятельноость (перерыв между НОД) **НОД 2** | 09.00 – 09.2009.20 – 09.3009.30 – 09.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд | 09.50 –11.50 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.50 –12.10 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.10 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, **дневной сон** | 13.30 – 15.00 |
| Постепенный подъём, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.20 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20 – 15.35 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.35 – 16.15 |
| Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность  | 16.15– 16.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд  | 16.30 – 17.30 |
| Самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.30 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин | 18.00 – 19.30 |
| Самостоятельная деятельность  | 19.30 – 20.10 |
| Гигиенические процедуры.  | 20.10 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30  |

 **Режим дня средней группы (4 – 5 лет)**

***Теплый период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| **На улице: п**риём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.30 - 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.55 |
| Игры, подготовка к прогулке | 08.55 – 09.15 |
| **Прогулка.** Игры, наблюдения, общественно полезный труд самостоятельная деятельность, воздушные и солнечные процедуры | 09.15 – 11.45 |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 09.15 – 09.35 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 11.45 – 12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.15 – 12.35 |
| Подготовка к дневному сну, сон  | 12.35 – 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, водные и воздушные процедуры | 15.00 – 15.20 |
|  Подготовка к полднику, полдник | 15.20 – 15.50 |
| **Прогулка**, игровая деятельность наблюдения, общественно полезный труд,  | 15.50 – 17.45 |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 15.50 – 16.10 |
| Чтение художественной литературы | 16.10 – 16.30 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 16.30 – 17.45 |
| Уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 18.00 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 –06.30 (07.30) |

**Режим дня старшей группы (5 – 6 лет)**

 ***Холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём детей, игры, самостоятельная деятельность | 07.30 – 08.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.40 – 09.55 |
| Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность | 08.55 – 09.05 |
| **НОД 1**Самост. деятельность (перерыв между НОД)**НОД 2**Самост. деятельность (перерыв между НОД)Один раз в неделю **- НОД 3**   | 09.05 – 09.3009.30 – 09.4009.40 – 10.0510.05 – 10.1510.15 – 10.40 |
| Самостоятельная деятельность | 10.40 – 10.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд | 10.55 – 12.05 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.05– 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20– 12.40 |
| Подготовка ко сну, **дневной сон**  | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъём, самостоятельная деятельность | 15.00 – 15.25 |
| Полдник | 15.25 – 15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность  | 15.40 – 16.10 |
| Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 16.10 – 16.35 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд | 16.35 – 17.45 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин | 18.00 – 19.30 |
| Самостоятельная деятельность  | 19.30 – 20.10 |
| Гигиенические процедуры.  | 20.10 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30 (07.30) |

**Режим дня старшей группы (5 – 6 лет)**

 ***теплый период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| **На улице:** приём детей, игры, утренняя гимнастика  | 07.30 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 – 08.55 |
| Подготовка к прогулке | 08.55 – 09.15 |
| **Прогулка**: игры, наблюдения, совместная деятельность педагога с детьми, общественно полезный труд, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры | 09.15 – 12.05 |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.05 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.45 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.45– 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика | 15.00 – 15.15 |
| Полдник  | 15.15 – 15.30 |
| **Прогулка**: игры, самостоятельная деятельность, наблюдения, общественно полезный труд,  | 15.30 – 17.45 |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 15.30 – 15.55 |
| Чтение художественной литературы | 15.55 – 16.55 |
| Уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 18.00 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 – 6.30 (7.30) |

**Режим дня подготовительной к школе группы (6 – 7 лет)**

 ***Холодный период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия*** | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| Приём детей, игры, самостоятельная деятельность | 07.30 – 08.40 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.40 – 08.55 |
| Подготовка к НОД, самостоятельная деятельность | 08.55 – 09.05 |
| **НОД 1**Самост. деятельность (Перерыв между НОД) **НОД 2**Самост. деятельность (Перерыв между НОД) **НОД 3**   | 09.05 – 09.3509.35 – 09.4509.45 – 10.1510.15 – 10.2510.25 – 10.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд | 10.55 – 12.05 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 12.05 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.40 |
| Подготовка ко сну, **дневной сон**  | 12.40 – 15.00 |
| Постепенный подъём, самостоят. деятельность | 15.00 – 15.25 |
| Полдник | 15.25 – 15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность  | 15.40 – 16.10 |
| Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность | 16.10 – 16.35 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игровая деятельность, наблюдения, общественно полезный труд,  | 16.35 – 17.45 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, ужин | 18.00 – 19.30 |
| Самостоятельная деятельность  | 19.30 – 20.10 |
| Гигиенические процедуры.  | 20.10 – 20.30 |
| Ночной сон | 20.30 – 06.30 (07.30) |

**Режим дня подготовительной к школе группы (6 – 7 лет)**

 ***Теплый период года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мероприятия***  | ***Время проведения*** |
| **Дома** |  |
| Подъём, утренний туалет | 06.30 – 07.30 |
| **В дошкольном учреждении** |  |
| **На улице*:*** приём детей, игры, утренняя гимнастика | 07.30 – 08.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.30 –08.55 |
| Подготовка к прогулке | 08.55 – 09.15 |
| **Прогулка**: игры, наблюдения, совместная деятельность педагога с детьми, общественно полезный труд, самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные процедуры | 09.15 – 12.05  |
| Возвращение с прогулки, водные процедуры | 12.05 – 12.20 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.20 – 12.45 |
| Подготовка к дневному сну, сон | 12.45– 15.00 |
| Постепенный подъём, бодрящая гимнастика | 15.00 – 15.15 |
| Полдник  | 15.15 – 15.30 |
| **Прогулка**: игры, самостоятельная деятельность, наблюдения, общественно полезный труд  | 15.30 – 17.45 |
| Совместная деятельность педагога с детьми | 15.30 – 15.25 |
| Чтение художественной литературы | 16.25 – 16.50 |
| Уход детей домой | 17.45 – 18.00 |
| **Дома** |  |
| Прогулка с детьми, возвращение домой, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры | 18.00 – 21.00 |
| Ночной сон | 21.00 –06.30 (07.30) |