

«Согласован»

Врач-педиатр МУЗ ДГБ  
 Н.В. Осипова

«Утвержден»  
Приказом ДОУ №22  
от 15.08.2017 г. №64  
И.А. Иванова



## РЕЖИМ ДНЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

в ДОУ №22 города Дубны Московской области

на 2017-2018 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 холодного и теплого периодов года.

## Режим дня группы

(от 1,5 до двух лет)

### Холодный период года

Приём и осмотр детей, утренняя гимнастика	7.00 - 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.45 - 9. 10
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.30 По подгруппам с перерывом
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.30 - 11.00
Возвращение с прогулки, закаливающие мероприятия.	11.00 – 11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20 -12.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00 -15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность, полдник	15.00 - 15.30
Непосредственно образовательная деятельность	15.30-16.00 По подгруппам с перерывом
Самостоятельная деятельность	16.00 - 16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.10 - 16.30
Совместная деятельность педагога с детьми	16.30-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.40 - 19.00

## Режим дня группы

(от двух до трех лет)

### Холодный период года

Приём и осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.30  По подгруппам с перерывом
Игры, подготовка к прогулке, прогулка	9.30 - 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 - 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.00
Дневной сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность	15.20 - 15.40
Непосредственно образовательная деятельность	15.40-16.10  По подгруппам с перерывом
Подготовка к ужину, ужин	16.10 - 16.30
Совместная деятельность воспитателя с детьми, чтение художественно	16.30 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50 - 19.00

**Режим дня группы**  
**(от трёх до четырёх лет)**  
**Холодный период года**

Приём, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00 - 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 - 8.55
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 - 9.15 9.30 - 9.45
Подготовка к прогулке, прогулка	9.45 - 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 - 12.05
Подготовка к обеду, обед	12.05 - 12.30
Дневной сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, игры	15.20 - 16.20
Подготовка к ужину, ужин	16.20 - 16.30
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.30 - 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50 - 19.00

**Режим дня группы**  
**(от четырёх до пяти лет)**  
**Холодный период года**

Приём и осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 - 9.20 9.30 - 9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	9.50 - 12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 - 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 - 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 - 15.00
Подъём, воздушные и водные процедуры	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, игры	15.20 - 16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.30 - 16.45
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.45 - 17.05
Подготовка к прогулке, прогулка	17.05 - 19.00

**Режим дня группы**  
**(от пяти до шести лет)**  
**Холодный период года**

Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00 - 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.55
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 - 9.25 9.35 - 9.55
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	10.50 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55 - 15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.20
Непосредственно организованная образовательная деятельность (до 25 минут), игры, самостоятельная художественная	15.20 - 16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35 - 16.50
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.50 - 17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20 - 19.00

## Режим дня группы

(от шести до семи лет)

### Холодный период года

Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.55
Непосредственно образовательная деятельность	9.00- 9.30 9.40 -10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	10.50 -12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Непосредственно организованная образовательная деятельность (до 25 минут), игры, самостоятельная художественная деятельность	15.20-16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35-16.50
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.50-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20-19.00

**Режим дня группы**  
**компенсирующей направленности**  
**(от пяти до шести лет)**

**Холодный период года**

Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30 - 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.55
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 - 9.25 9.35 - 9.55
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	10.50 - 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 - 12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55 - 15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00 - 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.20
Коррекционная непосредственно организованная образовательная деятельность (до 25 минут), игры, самостоятельная деятельность	15.20 - 16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35 - 16.50
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.50 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 17.30

**Режим дня группы**  
**компенсирующей направленности**  
**(от шести до семи лет)**  
**Холодный период года**

Приём и осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-8.55
Непосредственно образовательная деятельность	9.00- 9.30 9.40 -10.10
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения)	10.50 -12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-12.55
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55-15.00
Подъем, воздушные и водные процедуры, игры	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20
Коррекционная непосредственно организованная образовательная деятельность (до 25 минут), игры, самостоятельная деятельность	15.20-16.35
Подготовка к ужину, ужин	16.35-16.50
Совместная деятельность педагога с детьми, чтение художественно литературы	16.50-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20-17.30

## Режим дня группы

(от 1,5 до двух лет)

## Тёплый период года

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.50 – 9. 10
Непосредственно образовательная деятельность	9.10-9.30 По подгруппам
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры.	9.30 -11.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия.	11.00 - 11.20
Подготовка к обеду, обед	11.20 -12.00
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.00 - 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность, полдник	15.00 - 15.30
Непосредственно образовательная деятельность	15.30-15.50 По подгруппам
Самостоятельная деятельность	15.50 -16.10
Подготовка к ужину, ужин	16.10 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 - 19.00

## Режим дня группы

(от двух до трёх лет)

## Тёплый период года

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 - 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.50 - 9. 10
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры.	9.15 - 11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия	11.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 - 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность.	15.00 - 15.10
Полдник	15.10 - 15.25
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	15.25 - 15.35
Прогулка	15.35 -16.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.10 - 16.15
Ужин	16.15 - 16. 30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 - 19.00

**Режим дня группы**

**(от трёх до четырёх лет)**

**Тёплый период года**

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 - 8.45
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.50 - 9. 10
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.10 - 11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия	11.40 -12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 - 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00 - 15.10
Полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	15.20 - 16.10
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.10 - 16.15
Ужин	16.15 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 - 19.00

**Режим дня группы**  
**(от четырёх до пяти лет)**  
**Тёплый период года**

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.55
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.55 - 9. 15
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры	9.15 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия	12.00 - 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 -15.10
Полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	15.20 - 16.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.20 - 16.25
Ужин	16.20 - 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.35 - 19.00

## Режим дня группы

(от пяти до шести лет)

### Тёплый период года

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.55
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.55 - 9.15
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры.	9.15 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия.	12.00 - 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 - 15.10
Полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	15.20 - 16.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.20 - 16.25
Ужин	16.25 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.40 - 19.00

## Режим дня группы компенсирующей направленности

(от пяти до шести лет)

### Тёплый период года

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.30 - 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.55
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.55 - 9. 15
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры.	9.15 - 12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия.	12.00 - 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 - 15.10
Полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	15.20 - 16.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.20 - 16.25
Ужин	16.25 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.40 – 17.30

## Режим дня группы

(от шести до семи лет)

## Тёплый период года

Приём детей на улице, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 - 8.55
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	8.55 - 9. 15
Прогулка: самостоятельная деятельность, игры, наблюдения, воздушные и солнечные процедуры.	9.15 -12.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия.	12.00 -12.20
Подготовка к обеду, обед	12.25 - 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 - 15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность.	15.00 - 15.10
Полдник	15.10 - 15.20
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка	15.20 - 16.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.20- 16.30
Ужин	16.35 - 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.45 -19.00