**Режим дня / холодный период года/**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Деятельность детей | Первая младшая группа  /ранний возраст/ | Вторые младшие группы | Средние группы | Старшие  группы | Подготов  группы |
| Приём детей (на участке или в группе в зависимости от погодных условий), осмотр, беседа с родителями о самочувствии детей, игры. | 7.00 –  8.00 | 7.00-  8.00 | 7.00 –  8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00-8.00 |
| Индивидуальная работа с детьми, «минутки безопасности», утренняя гимнастика | 8.00 –  8.30 | 8.00–  8.30 | 8.00-  8.30 | 8.00– 8.30 | 8.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак. | 8.30 –  8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| Игры, подготовка к непрерывной образовательной деятельности | 8.50 –  9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность с учетом интеграции образовательных областей, осуществляемая в процессе различных видов детской деятельности | 9.00 – 9.10 – 1 подгруппа  9.20 – 9.30  – 2 подгруппа | 9.00 – 9.55 | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.00 | 9.00 – 10.50 |
| Организация игровой деятельности, индивидуальной работы | 9.30 –  10.00 |  |  |  |  |
| Второй завтрак | 10.00–10.20 | 10.00–10.20 | 10.00–10.20 | 10.00–10.10 | 10.10–10.20 |
| Подготовка к прогулке.  Прогулка:  Игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагогов и детей. Самостоятельная деятельность детей | 10.20 -11.00 | 10.20 – 11.35 | 10.20 – 11.50 | 10.35- 12.25 | 10.50 –12.35 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 11.00-  11.30 | 11.35-12.00 | 11.50-12.15 | 12.25-12.40 | 12.35-12.50 |
| Обед | 11.30-  12.00 | 12.00-12.30 | 12.15-12.45 | 12.40-13.10 | 12.50-13.15 |
| **Дневной сон** | 12.00-  15.00 | 12.30- 15.00 | 12.45- 15.00 | 13.10- 15.00 | 13.15- 15.00 |
| Подъём по мере пробуждения, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, совместная образовательная деятельность педагога и детей, «минутки чтения», организация игровой деятельности | 15.00-  15.40 | 15.00-15.40 | 15.00- 15.40 | 15.00-15.45 | 15.00-15.45 |
| Полдник | 15.40-16.00 | 15.40-16.00 | 15.40-16.00 | 15.45-16.00 | 15.45-16.00 |
| Организация игр, трудовой деятельности детей, развлечений, индивидуальных занятий, кружков, самостоятельной деятельности,  чтение художественной литературы | 16.00-  17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой | 17.00-  19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 |

**Режим дня / теплый период года/**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Деятельность детей | Первая младшая группа  (Ранний возраст) | Вторые младшие группы | Средние  группы | Старшие  группы | Подготовительные группы |
| Приём детей (на участке или в группе в зависимости от погодных условий), осмотр, беседа с родителями о самочувствии детей, игры. | 7.00 –8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00 –8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00-8.00 |
| Индивидуальная работа с детьми, «минутки безопасности», утренняя гимнастика на свежем воздухе | 8.00 -8.30 | 8.00–  8.30 | 8.00-8.30 | 8.00– 8.30 | 8.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак. | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 | 8.30 – 8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Совместная образовательная деятельность взрослого и детей физкультурно – оздоровительной направленности | 9.00 – 9.10 | 9.00 – 9.15 | 9.00 – 9.20 | 9.00 – 9.25 | 9.00 – 9.30 |
| Организация игровой деятельности, индивидуальной работы | 9.10 – 10.00 | 9.15 – 10.00 | 9.20 – 10.00 | 9.25 –  10.00 | 9.30 – 10.00 |
| Второй завтрак | 10.00–10.20 | 10.00–10.20 | 10.00–10.20 | 10.00–  10.10 | 10.10–10.20 |
| Подготовка к прогулке.  Прогулка:  Игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа с детьми. Совместная деятельность педагогов и детей. Самостоятельная деятельность детей | 10.20 -11.10 | 10.20 – 11.35 | 10.20 – 11.50 | 10.35- 12.25 | 10.50 –12.35 |
| Возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 11.10-11.30 | 11.35-  12.00 | 11.50-12.15 | 12.25-  12.40 | 12.35-12.50 |
| Обед | 11.30-12.00 | 12.00-  12.30 | 12.15-12.45 | 12.40-  13.10 | 12.50-13.15 |
| **Дневной сон** | 12.00- 15.00 | 12.30- 15.00 | 12.45- 15.00 | 13.10- 15.00 | 13.15- 15.00 |
| Подъём по мере пробуждения, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, совместная образовательная деятельность педагога и детей, «минутки чтения», организация игровой деятельности | 15.00-15.40 | 15.00-  15.40 | 15.00- 15.40 | 15.00-15.45 | 15.00-15.45 |
| Полдник | 15.40-16.00 | 15.40-  16.00 | 15.40-16.00 | 15.45-  16.00 | 15.45-16.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой | 16.00-19.00 | 16.00-  19.00 | 16.00-19.00 | 16.00-  19.00 | 16.00-19.00 |

**Особенности организации режимных моментов**

При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Прием пищи. Важно помнить, что дети едят с разной скоростью, поэтому надо дать им возможность принимать пищу в своем темпе. Недопустимо, чтобы дети сидели за столом в ожидании еды или после ее приема — это способствует утомлению.

Прогулка. Прогулка является надежным средством укрепления здоровья детей и профилактики утомления. На прогулке они могут удовлетворить свою потребность в двигательной активности (в самостоятельных и организованных подвижных, спортивных играх и упражнениях), необходимо обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в соответствии с режимом дня. Продолжительность прогулки во многом зависит от ее организации, т.к. процесс одевания и раздевания нередко затягивается, особенно в холодное время года. Правильно сформированные навыки самообслуживания, умение аккуратно складывать одежду в определенном порядке, ожидание интересной прогулки — все это помогает детям собираться быстрее и позволяет дольше находиться на свежем воздухе.

«Минутки безопасности» - проводятся ежедневно посредством бесед, игровых и проблемных ситуаций, рассматривания иллюстраций, чтение художественной литературы.

«Минутки чтения». В режиме дня выделено постоянное время ежедневного чтения детям, в процессе «минуток чтения» детям читают не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. Чтение книг и обсуждение прочитанного помогает на примере литературных героев воспитывать в детях социально-нравственные качества, избегая нудных и бесполезных поучений и нотаций, у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

Дневной сон. Правильное чередование сна и бодрствования способствует нормальной психической деятельности, особенно в дошкольном возрасте. Быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют разнообразная активная деятельность детей во время бодрствования; спокойная деятельность, снимающие перевозбуждение, перед отходом ко сну. В помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку. Постоянный приток свежего воздуха в спальное помещение также способствует спокойному и глубокому сну.