

Режимы дня в холодный период.

Виды деят-ти	группы	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовите льная группа.
Прием детей. Индивидуальная работа. Индивидуальные трудовые поручения в центрах активности, по столовой; беседы с детьми; наблюдения в уголке природы; проектная деятельность; детское экспериментирование. Игры, самостоятельная игровая деятельность детей. Дидактические игры по интересам. Оздоровительно-воспитательная деятельность. Утренний круг.		7.00-8.10	7.00-7.50	7.00-8.05	7.00-8.25
Утренняя гимнастика.		8.10-8.20	7.50-8.00	8.05-8.15	8.25-8.35
Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков. Завтрак.		8.20-8.30	8.00-8.20	8.15-8.30	8.35-8.45
Игры, самостоятельная игровая деятельность детей. Дидактические игры по интересам. Подготовка к занятиям.		8.30-9.00	8.20-9.00	8.30-9.00	8.45-9.00
Занятия по образовательным областям: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие». С перерывом на свободную деятельность, с использованием всех видов гимнастик		9.00-9.40 С 10мин. перерывом	9.00-9.50 С 10мин. перерывом	9.00-10.00 С 10мин. перерывом	9.00-11.00 С перерывом не менее 10мин..
Подготовка к 2 завтраку. 2 завтрак.		9.40-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
Самостоятельная деятельность детей по различным видам деятельности. Игры: сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные, коррекционно-развивающие, настольно-печатные.		10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20	
Подготовка к прогулке. Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка. Наблюдение за погодой, животными, деятельностью людей. Оздоровительно-воспитательная деятельность. Игры. Труд детей в природе. Самостоятельная игровая и двигательная активность детей. Нерегламентированная двигательная деятельность. Индивидуальная работа с детьми.		10.10-11.50 1ч.40мин.	10.10-11.40 1ч.30мин.	10.20-12.00 1ч.40мин.	11.00-12.05 1ч.20мин.
Воспитание культурно-гигиенических навыков. Беседа по этике поведения за столом. Обед: воспитание культуры еды.		11.50-12.20	11.40-12.10	12.00-12.20	12.05-12.20
Подготовка ко сну (слушание музыки, чтение худ. литературы).		12.20-12.40	12.10-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
Сон.		12.40-15.10 3ч.	12.30-15.00 2ч.30мин.	12.30-15.00 2ч.30м	12.30-15.00 2ч.30м
Постепенный подъем. Бодрящая гимнастика после сна, закаливающие процедуры.		15.00-15.30	15.00-15.20	15.00-15.10	15.00-15.15
Подготовка к усиленному полднику. Усиленный полдник. Воспитание культуры еды. Свободная деятельность детей. Подготовка к ОД.		15.30-15.40	15.20-15.30	15.10-15.40	15.15-15.30
Занятия				15.40-16.25	

Подготовка к прогулке. Прогулка. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	15.40-17.00 1ч20мин.	15.30-17.00 1ч.30мин.	16.00-17.10 1ч.20мин.	15.30-17.30 2ч.
Чтение художественной литературы; работа в книжном уголке; беседы с детьми; индивидуальная работа с детьми по разным направлениям; вечера развлечений; сюжетно-ролевые игры. Игры детей по интересам, слушание музыкальных произведений; самостоятельная игровая деятельность, сенсорное воспитание, развитие мелкой моторики, физическое развитие. Работа в уголке уединения. Театрализованная деятельность, конструирование. Вечерний круг.	17.20-18.15	17.20-18.15	17.30-18.10	17.40-18.30
Подготовка к прогулке. Прогулка, наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Оздоровительно-воспитательная деятельность. Взаимодействие с родителями.	18.15-19.00 45мин.	18.15-19.00 45мин.	18.10-19.00 50мин.	18.30-19.00 30мин.
Общее по прогулке	3ч45мин.	3ч45мин.	3ч40мин.	3ч50мин.
Уход детей домой.	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00

Режимы дня в теплый период.

Виды деят-ти	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовите льная группа.
Примё детей на участке, осмотр, игры, индивидуальные трудовые поручения, беседы с детьми; наблюдения; проектная деятельность; детское экспериментирование. Игры; самостоятельная игровая деятельность детей. Игры по интересам. Утренняя гимнастика. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков.	8.20-8.30	8.20-8.30	8.30-9.00	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку Занятия по образовательным областям: «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие». Игры, наблюдения, воздушные, солнечные Процедуры. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	9.00 -10.00	9.00 -10.10	9.00 -10.10	9.00 -10.50
Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков.2 завтрак	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20	10.50-11.00
Игры, наблюдения, самостоятельная деятельность, воздушные, солнечные процедуры. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	10.10-11.30	10.20-11.45	10.20-12.20	11.35- 12.25
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11.30-12.00	11.45-12.10	12.20-12.35	12.25-12.35
Воспитание культурно-гигиенических навыков. Беседа по этике поведения за столом. Обед: воспитание культуры еды	12.00-12.30	12.10-12.35	12.35-13.00	12.35-13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30-15.10	12.35-15.10	13.00-15.10	13.00-15.10
Подъем детей, воздушные ванны. Бодрящая гимнастика после сна, закаливающие процедуры. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30	15.10-15.30
Подготовка к усиленному полднику. Усиленный полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.45	15.30-15.45	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка, наблюдение, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность, индивидуальная работа с детьми. Возвращение с прогулки. Оздоровительно-воспитательная деятельность.	15.45-17.25	15.45-17.30	15.40-17.30	15.40-17.30
Игры, самостоятельная деятельность детей, Индивидуальная работа	17.50 -18.30	17.50 -18.30	17.50 -18.30	17.50 -18.30
Игры по интересам, взаимодействием с родителями, уход детей домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00

Щадящий режим назначается:

1. После болезни;
2. Во время адаптации.

Исключить из видов двигательной активности:

1. на 1-2 недели ограничить двигательную нагрузку во время проведения занятий по физической культуре до 50%.
2. сократить время подвижных игр и упражнений на утренней прогулке.

Адаптационный режим.

При комплектовании новой группы детей от 3 до 4 лет, прием детей осуществляется постепенно, подгруппами с перерывом в 2-3 дня, в соответствии с графиком, составленным медсестрой и воспитателями группы с учетом степени адаптации детей.

Прием детей в группу младшего дошкольного возраста осуществляется по щадящему режиму:

1 и 2-й день – пребывание ребенка в течение 1 – 1.5 часов, на утренней прогулке с 10.00- 11.30 ч.

3 и 4 день- пребывание ребенка до обеда с 10.00-12.00 ч.

5 и 6 день- пребывание ребенка в течение 1-ой половины дня, до сна с 8.00 до 12.30 ч.

7 и 8 день – пребывание ребенка в течение 1-ой половины дня, до полдника с 7.00 до 16.00 ч., в зависимости от эмоционального состояния ребенка.

9 и 10 день – в течение всего дня, в зависимости от эмоционального состояния ребенка.

Адаптационный период может удлиняться или сокращаться в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, характера течения адаптации, в зависимости от того, посещал ли ребенок дошкольное учреждение или поступил из семьи.

Двигательный режим.

Формы работы.	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная Группа
1. Подвижные игры во время утреннего приема детей.	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
2. Утренняя стимулирующая коррекционная гимнастика.	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 7-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
3. Физкультминутки.	По необходимости на обучающих занятиях 2-3мин	По необходимости на обучающих занятиях 2-3мин	По необходимости на обучающих занятиях 2-3мин	По необходимости на обучающих занятиях 2-3мин
Физкультурные паузы.	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
4. Релаксация.	После всех обучающих занятий 1-3 мин.	После всех обучающих занятий 1-3 мин.	После всех обучающих занятий 1-3 мин.	После всех обучающих занятий 1-3 мин.
5. Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 6-8 мин	На музыкальных занятиях 8 - 10 мин	На музыкальных занятиях 10-12мин	На музыкальных занятиях 12-15 мин
6.Физкультурные занятия.	3 раза в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 30 мин.
8.Коррекционная физкультура: -игровой стрейчинг; - занятия на тренажерах;	Часть занятия 5 мин	Часть занятия 5 мин	Часть занятия 5 мин	Часть занятия 5 мин
9.Профилактика и коррекция плоскостопия и нарушение осанки.	Часть занятия 4 мин	Часть занятия 4 мин	Часть занятия 4 мин	Часть занятия 4 мин
10. Дозированный бег.	Ежедневно 80-100 м	Ежедневно 150-200 м	Ежедневно 200-250 м	Ежедневно 250-300 м.
11. Тренирующая игровая дорожка.	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 8-10 мин
12.Подвижные игры: - сюжетные -бессюжетные -игры-забавы -соревнования -эстафеты -аттракционы.	Ежедневно не менее 2 игр по 5-7 мин	Ежедневно не менее 2 игр по 7-8 мин	Ежедневно не менее 2 игр по 8-10 мин	Ежедневно не менее 2 игр по 10-12 мин
13.Игровые упражнения: -зоркий глаз - ловкие прыгуны - подлезание - пролезание - переелезание.	Ежедневно по подгруппам 4-6 мин	Ежедневно по подгруппам 6-8 мин	Ежедневно по подгруппам 6-8 мин	Ежедневно по подгруппам 8-10 мин

14. оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения; - дыхательная гимнастика - игровой массаж.	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6 мин	Ежедневно 7 мин	Ежедневно 8 мин
15. Физические упражнения и игровые задания: - игры с элементами логоритмики; - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика.	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3- 5 мин	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 10-15 мин
16. Психогимнастика.	2 раза в неделю 3-5 мин	2 раза в неделю 6-8 мин	2 раза в неделю 8-10 мин	2 раза в неделю 12-15 мин
17. Спортивный праздник.	2 раза в год.			
18. День здоровья.	1 раз в квартал.			
19. Дальние прогулки.	1 раз в месяц			
20. Физкультурный досуг.	1 раз в месяц по 15 мин	1 раз в месяц по 20 мин	1 раз в месяц по 25 мин	1 раз в месяц по 30 мин
Итого в неделю:	4-5 часов.	5-6 часов	7-8 часов	8ч.