

## Режим дня.

### Дошкольной группы МОУ «Сашкинская СОШ» МР «Ферзиковский район»

Утверждаю

директор МОУ

«Сашкинская СОШ»

Губарь Н.Е.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

В МДОУ разработаны режимы: на холодный/теплый периоды года. Составляющие режима структурировались на основе режимного расписания в двух вариантах в зависимости от сезона (летнего и зимнего). Зимний период (холодный) определен с первого сентября по тридцать первое мая. Летним периодом (теплым) считается календарный период с первого июня по тридцать первое августа.

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, Поэтому в ДОО для каждой возрастной группы определен свой режим дня.
- Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года

*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.

**Таблица 1. Режим дня на холодный период года**

Наименование режимных моментов	Младшая подгруппа (2-3л)	Средняя группа (4-5л)	Старшая подгруппа (5-6л)
Прием детей, осмотр, свободная игра; взаимодействие с родителями	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Утренняя гимнастика	5 мин	5 мин	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30-8.50	8.30-8.50
Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам)*	9.00-09.30	9.00-9.40,9.50	9.00-10.35,10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.10	9.50 – 12.10,12.20	10.45-12.25,12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20	12.10-12.30, 12.40	12.25-12.35,12.50
Подготовка к обеду, обед	12.20 -12.50	12.30-13.00	12.35-13.05.13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 -15.15	13.00-15.10	13.05-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.15-15.30	15.10-15.30	15.00-15.25
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.50	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность	15.40 -16.40	15.50-16.45,16.30	15.40-16.00
Непосредственно образовательная деятельность			16.00-16.20
Чтение х/л**	16.40-16.50	16.45-17.00.16,50	16.30-16.55
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50 -18.00	17.00-18.00	16.55-18.00

\*Указана общая длительность, включая перерывы 10 мин

\*\*Ежедневное чтение х/л, познавательных книг, детских энциклопедий. Ребенок имеет свободный выбор: слушать или заниматься своими делами.