г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО Педагогический совет Протокол № <u>1</u> От «<u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>23</u> г.

РЕЖИМ ДНЯ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 71»

Соколова Елена Сергеевна Подписано цифровой подписью: Соколова Елена Сергеевна Дата: 2023.12.28 10:54:05 +03'00'

г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО Педагогический совет Протокол № <u>1</u> От « 31 » 08 20 23 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДQУ«Детский сад №71»

Сок Е.С.Соколова

Приказ № 41 От « 31 » 08 20 23 г.

ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОУ

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься незначительные изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, особенностей организации образовательной деятельности. Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года. Прогулка организуется 2 раза в день в группах 12-ти часового пребывания: в первую половину — до обеда и во вторую половину дня — после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже -15°С продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха:

- ниже -15°Сдля детей до 4 лет
- ниже -20°^C для детей 5 7 лет.

Особенности организации режимных моментов.

При осуществлении режимных моментов в детском саду учитываются 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. Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. Недопустимо сокращать время прогулок; воспитатель должен обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневное чтение.

В режиме дня целесообразно выделить постоянное время ежедневного чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории страны и зарубежных стран. При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами.

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; спокойные занятия, снимающие перевозбуждение, перед отходом ко сну.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО Педагогический совет Протокол № <u>1</u> От «<u>31</u>» <u>08</u> 20 <u>23</u> г.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении. Подготовительная группа № 1

| Режимные моменты | Время |
|---|---------------|
| Утренний прием. Утренняя гимнастика. Самостоятельная игровая деятельность детей. | 7.00 – 8.30 |
| Завтрак. | 8.30 - 8.50 |
| Непосредственная образовательная деятельность. | 9.00 – 9.30 |
| Игра. | 9.30 – 10.00 |
| Второй завтрак. | 10.00 – 10.10 |
| Организованная образовательная деятельность. | 10.10 – 11.00 |
| Прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей. | 11.00 – 11.50 |
| Гигиенические процедуры. Обед. | 12.00 – 12.50 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. | 12.50 – 13.00 |
| Сон. | 13.00 - 15.00 |
| Подъем. Гигиенические и закаливающие процедуры. | 15.00 – 15.20 |
| Полдник. | 15.20 – 15.30 |
| Игры, досуг. Самостоятельная игровая деятельность детей. | 15.30 –16.40 |
| Ужин. | 16.40 – 16.55 |
| Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность. Уход детей домой. | 17.00 – 19.00 |

г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО
Педагогический совет
Протокол № 1
От « 31 » 08 20 23 г.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении. 1 младшая группа (ясли) № 2

| Режимные моменты | Время |
|--|---------------|
| Утренний прием. Утренняя гимнастика. Самостоятельная игровая деятельность детей. | 7.00 – 8.40 |
| Завтрак. | 8.30 - 8.55 |
| Непосредственная образовательная деятельность. Игра. | 9.00 – 10.00 |
| Второй завтрак. | 10.00 - 10.30 |
| Организованная образовательная деятельность. | 10.10 – 11.00 |
| Прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей. | 11.00 - 11.30 |
| Гигиенические процедуры. Обед. | 11.55 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. | 12.45 – 13.00 |
| Сон. | 13.00 – 15.00 |
| Подъем. Гигиенические и закаливающие процедуры. | 15.00 – 15.20 |
| Полдник. | 15.20 – 15.30 |
| Совместная образовательная деятельность с детьми. | 15.30 –16.45 |
| Самостоятельная игровая деятельность детей. | 16.45 – 17.00 |
| Ужин. | 16.50 – 17.20 |
| Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность. Уход детей домой. | 17.00 – 19.00 |

г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет Протокол № <u>1</u> От «<u>31</u> » <u>08 20 23 г.</u>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 71»

ОК Е.С.Соколова

Приказ № 41 От «31 » 08 20 23 г.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении. 2 младшая группа № 3

| Режимные моменты | Время |
|---|---------------|
| Утренний прием. Утренняя гимнастика. Самостоятельная игровая деятельность детей. | 7.00 - 8.40 |
| Завтрак. | 8.30 – 8.55 |
| Непосредственная образовательная деятельность. Игра. | 9.00 – 10.00 |
| Второй завтрак. | 10.00 - 10.30 |
| Организованная образовательная деятельность. | 10.10 – 11.00 |
| Прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей. | 11.00 – 11.30 |
| Гигиенические процедуры. Обед. | 11.55 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. | 12.45 – 13.00 |
| Сон. | 13.00 – 15.00 |
| Подъем. Гигиенические и закаливающие процедуры. | 15.00 – 15.20 |
| Полдник. | 15.20 – 15.30 |
| Совместная образовательная деятельность с детьми. | 15.30 –16.45 |
| Самостоятельная игровая деятельность детей. | 16.45 – 17.00 |
| Ужин. | 16.50 – 17.20 |
| Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность. Уход детей домой. | 17.00 – 19.00 |

г. Иваново, 153006, ул. 1 Меланжевая, д. 6 тел. 8 (4932) 30-67-93 e-mail: dou71@ivedu.ru

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет Протокол № <u>1</u> От «<u>31</u> » <u>08</u> 20 <u>23</u> г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ, «Детский сад № 71»

С.С.Соколова

Приказ № 41 От «31 » 08 20 23 г.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении. Средняя группа № 4

| Режимные моменты | Время |
|---|---------------|
| Утренний прием. Утренняя гимнастика. Самостоятельная игровая деятельность детей. | 7.00 – 8.40 |
| Завтрак. | 8.30 - 8.50 |
| Непосредственная образовательная деятельность. Игра. | 9.00 – 10.00 |
| Второй завтрак. | 10.00 - 10.30 |
| Организованная образовательная деятельность. | 10.10 – 11.00 |
| Прогулка, самостоятельная игровая деятельность детей. | 11.00 – 11.30 |
| Гигиенические процедуры. Обед. | 11.55 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры. | 12.45 – 13.00 |
| Сон. | 13.00 – 15.00 |
| Подъем. Гигиенические и закаливающие процедуры. | 15.00 – 15.20 |
| Полдник. | 15.20 – 15.30 |
| Совместная образовательная деятельность с детьми. | 15.30 –16.45 |
| Самостоятельная игровая деятельность детей. | 16.45 – 17.00 |
| Ужин. | 16.50 – 17.20 |
| Прогулка. Самостоятельная игровая деятельность. Уход детей домой. | 17.00 – 19.00 |