

## Режим дня и распорядок

### МДОУ «Оршанский детский сад «Колокольчик»

Ежедневная организация 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 образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

#### Организация режима дня.

При проведении режимных процессов МДОУ придерживается следующих **правил**:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).
- 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.

#### **Основные принципы построения режима дня:**

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода пребывания детей в дошкольном учреждении;
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

#### **Режим дня**

#### **во второй группе раннего возраста**

#### *Холодный период года*

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	8.30 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.30 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15
Игры, самостоятельная и организованная образовательная	15.15 – 15.40

деятельность	
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 17.30
Уход домой	17.30

***Теплый период года***

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.30
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, к организованной образовательной деятельности (занятию) и выход на прогулку	8.30 – 9.00
Организованная образовательная деятельность (занятие) на участке	9.00 – 9.10
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры	9.10 – 9.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30 – 10.00
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки	10.00 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.40
Подготовка к прогулке, прогулка	15.40 – 17.30
Уход домой	17.30

**Режим дня**

**в младшей группе**

***Холодный период года***

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 9.50
Второй завтрак	9.30 – 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность	15.20 – 15.55

Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 – 17.30
Уход домой	17.30

***Теплый период года***

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10 – 8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, к организованной образовательной деятельности (занятию) и выход на прогулку	8.50 – 9.15
Организованная образовательная деятельность (занятие) на участке	9.15 – 9.30
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.30 – 10.00
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки	10.00 – 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.45
Подготовка к прогулке, прогулка	15.45 – 17.30
Уход домой	17.30

**Режим дня**

**в средней группе**

***Холодный период года***

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.45
Самостоятельная деятельность, игры, к организованной образовательной деятельности (занятию)	8.45 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	10.20 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15 – 12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность	15.20 – 15.50
Подготовка к полднику, полдник	15.50 – 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.30
Уход домой	17.30

*Теплый период года*

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, к занятию и выход на прогулку	8.50 – 9.15
Организованная образовательная деятельность (занятие) на участке	9.15 – 9.35
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.35 – 10.00
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки	10.00 – 11.35
Самостоятельная деятельность	11.35 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.35 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка	15.50 – 17.30
Уход домой	17.30

**Режим дня  
в старшей группе  
*Холодный период года***

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 7.50
Утренняя гимнастика	7.50 – 8.00
Самостоятельная деятельность	8.00 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность (занятия)	9.00 – 10.50
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50 – 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.25 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.25
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность	15.25 – 16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.20
Подготовка к прогулке, прогулка	16.20 – 17.30
Уход домой	17.30

*Теплый период года*

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
--	--------------

Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, к занятию и выход на прогулку	8.50 – 9.15
Организованная образовательная деятельность (занятие) на участке	9.15 – 9.40
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.40 – 10.00
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки	10.00 – 12.05
Самостоятельная деятельность	12.05 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.35 – 15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55 – 17.30
Уход домой	17.30

**Режим дня**  
**в подготовительной к школе группе**  
*Холодный период года*

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	7.00 – 8.10
Зарядка	8.10 – 8.20
Свободная игра, самостоятельная деятельность	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00 – 11.05
Второй завтрак	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05 – 12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.40 – 12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50 – 13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20
Игры, самостоятельная и организованная образовательная деятельность	15.20 – 16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00 – 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15 – 17.30
Уход домой	17.30

*Теплый период года*

<b>Содержание деятельности (ОО), виды деятельности</b>	<b>Время</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная	7.00 – 8.00

деятельность, индивидуальная работа	
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность	8.10 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.55
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к прогулке, к организованной образовательной деятельности (занятию) и выход на прогулку	8.55 – 9.15
Организованная образовательная деятельность (занятие) на участке	9.15 – 9.45
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.45 – 10.00
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, возвращение с прогулки	10.00 – 12.10
Самостоятельная деятельность	12.10 – 12.35
Подготовка к обеду, обед	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 15.55
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55 – 17.30
Уход домой	17.30