


Согласовано

Врач МУЗ ДГДП № 1

 О.Л.Колерова
« 29 » августа 2014г.

Утверждаю

Заведующий ДОУ № 7

 Н.Н. Дементьева
Приказ № 143/от « 29 » августа 2014г



Примерные режимы дня

в общеразвивающих группах

муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
№ 7 «Гвоздика»
города Дубны Московской области

на 2014 – 2015 учебный год

Пояснительная записка

Режим составлен в соответствии с требованиями Сан.Пин 2.4.1.3049-13, Учебным планом ДОУ, Уставом ДОУ, Правилами внутреннего трудового распорядка ДОУ и примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

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.

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов ДОУ придерживается следующих правил: Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей. 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. Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

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, в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. Организация режима дня проводится с учётом теплого и холодного периодов года.

Теплый период: ранний возраст

7.00-8.00	Приём детей
8.00 – 8.45	Утренняя гимнастика. Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.45- 9.20	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
9.20 – 11.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.30 – 11.45	Подготовка к обеду.
11.45 – 12.15	Обед.
12.15 – 12.30	Подготовка ко сну.
12.30 – 15.00	Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.20	Полдник.
15.20 -16.05	Самостоятельная деятельность детей.
16.05 – 16.20	Ужин.
16.20 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Холодный период: ранний возраст

7.00-8.20	Приём детей. Утренняя гимнастика.
8.20 – 8.45	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.45- 9.00	Самостоятельная деятельность детей.
9.00 -9.10	Занятие.
9.10 – 9.40	Игры. Самостоятельная деятельность детей.
9.40 -11.20	Подготовка к прогулке. Прогулка.
11.20 – 11.45	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
11.45 – 12.20	Обед.
12.20– 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.25	Полдник.
15.25 -16.10	Занятие (до 10 минут). Самостоятельная деятельность детей.
16. 10– 16.25	Ужин.
16. 25 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Теплый период: младшая группа

7.00-8.10	Приём детей.
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика.
8.20 -8.30	Подготовка к завтраку.
8.30 – 8.45	Завтрак.
8.45 - 9.10	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
9.10 – 12. 00	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.00 – 12.10	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
12.10 – 12.35	Обед.
12.35 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём. Полдник.
15.10 -16.05	Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.
16.05 – 16.15	Подготовка к ужину.
16.15 -16.35	Ужин
16.35 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Холодный период: младшая группа

7.00-8.20	Приём детей. Утренняя гимнастика.
8.20 -8.55	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55- 9.00	Подготовка к занятиям.
9.00 – 9.40	Занятия (2 занятия по 15 минут, перерыв – 10 минут).
9.40 – 10.00	Игры.
10.00 – 12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.00 – 12.20	Возвращение с прогулки.
12.20 – 12.50	Подготовка к обеду. Обед.
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.20	Полдник.
15.20 -16.15	Чтение художественной литературы (до 15 минут). Самостоятельная деятельность детей.
16. 15– 16.30	Ужин.
16. 30 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Теплый период: средняя группа

7.00-8.20	Приём детей.
8.20 – 8.35	Утренняя гимнастика.
8.35 -9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00 - 9.20	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
9.20 – 12.25	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.25 – 12.50	Подготовка к обеду. Обед.
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём. Полдник.
15.10 -16.20	Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.
16.20 – 16.40	Подготовка к ужину. Ужин.
16.40 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Холодный период: средняя группа

7.00-8.30	Приём детей. Дежурство. Утренняя гимнастика.
8.30 – 8.55.	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55- 9.00	Подготовка к занятиям.
9.00 – 9.50	Занятия (2 занятия по 20 минут, перерыв – 10 минут).
9.50 – 12.10	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.10 – 12.30	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 – 15.00	Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.20	Полдник.
15.20 -16.20	Чтение художественной литературы (до 20 минут) Самостоятельная деятельность детей.
16. 20– 16.35	Ужин.
16. 35 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Теплый период: старшая группа

7.00-8.20	Приём детей.
8.20 – 8.35	Утренняя гимнастика.
8.35 -9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00 - 9.20	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
9.20 – 12.20	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.20 – 12.30	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
12.30 -12.55	Обед.
12.50 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём. Полдник.
15.10 -16.20	Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.
16.25– 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Холодный период: старшая группа

7.00-8.40	Приём детей. Дежурство. Утренняя гимнастика
8.40 – 8.55.	Подготовка к завтраку. Завтрак.
8.55- 9.00	Подготовка к занятиям.
9.00 – 10.00	Занятия (1 занятие – 20 мин., 2 занятие – 25 мин перерыв – не менее 10 минут).
10.00– 12.25	Игры. Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.25 – 12.40	Возвращение с прогулки.
12.40 – 13.10	Подготовка к обеду. Обед.
13.10 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.20	Полдник.
15.20 -16.25	Организованная образовательная деятельность (до 25 минут), чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.
16. 25– 16.40	Ужин.
16. 40 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Теплый период: подготовительная группа

7.00-8.20	Приём детей.
8.20 – 8.35	Утренняя гимнастика.
8.35 -9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00 - 9.20	Самостоятельная деятельность детей. Игры.
9.20 – 12.25	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.25 – 12.35	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду.
12.35 -13.00	Обед.
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём. Полдник.
15.10 -16.20	Прогулка. Самостоятельная деятельность детей.
16.25– 16.45	Подготовка к ужину. Ужин.
16.45 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.

Холодный период: подготовительная группа.

7.00-8.30	Приём детей
8.30 – 8.50	Утренняя гимнастика. Дежурство.
8.50 – 9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.
9.00 – 10.50	Подготовка к занятиям. Занятия (3 занятия по 30 минут, перерыв – не менее 10 минут).
10.50 – 12.35	Подготовка к прогулке. Прогулка.
12.35 – 12.45	Возвращение с прогулки.
12.45 – 13.15	Подготовка к обеду. Обед.
13.15 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00-15.10	Подъём.
15.10 -15.20	Полдник.
15.20 -16.30	Организованная образовательная деятельность (до 30 минут), чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей.
16. 30– 16.45	Ужин.
16. 45 – 19.00	Прогулка: игры, самостоятельная деятельность детей. Уход домой.