

:

« » 55 - 20.05.2024 . «

РЕЖИМ ДНЯ

1-младшая группа (1-3 года)

Сезон года: летний

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.00-8.10
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарем и без него	8.10-8.30
Завтрак	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи;	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, выход на прогулку	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	9.00-9.20
Активное бодрствование детей	Занятия в игровой форме по подгруппам (игры, предметная деятельность и другое)	9.10-9.20
		9.20-9.30
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры	9.30-10.20
Возвращение с прогулки		10.20-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	10.30-10.50
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: Прогулка: подвижные игры	10.50-11.30
Обед	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи	12.00-12.30
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон	12.30-15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры. Прием пищи;	15.30-16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке. Прогулка. Занятия в игровой форме по подгруппам (игры, предметная деятельность и другое)	16.00 -19.00

РЕЖИМ ДНЯ
2-младшая группа (3-4 года)
Сезон года: летний

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.00-8.20
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, выход на прогулку	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	9.00-9.20
Прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность	Отдых, игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры	9.20-10.20
Возвращение с прогулки Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи	10.20 -10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: Прогулка: подвижные игры	10.40-12.00
Обед	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	12.00-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон;	13.00 -15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	15.30 -16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность, игры	16.00 -19.00

(4-5)

:

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.00-8.20
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, выход на прогулку	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	9.00-9.15
Прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность	Отдых, игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры	9.15-10.20
Возвращение с прогулки Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи	10.20 -10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: Прогулка: подвижные игры	10.40-12.00
Обед	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	12.00-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон;	13.00 -15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	15.30 -16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность, игры	16.00 -19.00

(5-6)

:

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.00-8.20
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, выход на прогулку	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	9.00-9.15
Прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность	Отдых, игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры	9.15-10.20
Возвращение с прогулки Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи	10.20 -10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: Прогулка: подвижные игры	10.40-12.00
Обед	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	12.00-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон;	13.00 -15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	15.30 -16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность, игры	16.00 -19.00

(6-7)

:

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия; Игры детей	7.00-8.20
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него	8.20-8.30
Завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	8.30-9.00
Самостоятельная деятельность, выход на прогулку	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	9.00-9.15
Прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность	Отдых, игры, наблюдение, воздушные и солнечные процедуры	9.15-10.20
Возвращение с прогулки Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи	10.20 -10.40
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке: Прогулка: подвижные игры	10.40-12.00
Обед	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	12.00-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон;	13.00 -15.30
Полдник (уплотнённый)	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	15.30 -16.00
Прогулка, уход домой	Подготовка к прогулке. Прогулка, самостоятельная деятельность, игры	16.00 -19.00

:

Режимные мероприятия		Время
наименование	содержание	
Утренний приём (на улице)	Осмотр детей, термометрия. Игры детей	07.00-08.20
Утренняя зарядка (на улице)	Упражнения со спортивным инвентарём и без него	08.20-08.30
Завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	08:30-09.00
Образовательная нагрузка		09:00-09.25
Самостоятельная деятельность, выход на улицу	Подготовка к прогулке, прогулка, игры	09.30
Образовательная нагрузка (на улице)		09.40-10.05
Самостоятельная деятельность	Отдых, игры	10.05-10.20
Возвращение с прогулки		10.20-10.30
Второй завтрак	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	10.30
Прогулка, двигательная активность	Подготовка к прогулке. Прогулка: подвижные игры	10.40-12.15
Обед	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	12.15-13.00
Дневной сон	Подготовка ко сну. Дневной сон;	13.00-15.30
Полдник(уплотнённый)	Подготовка к приёму пищи: гигиенические процедуры. Приём пищи;	15.30-16.00
Прогулка	Подготовка к прогулке. Прогулка: игры	16:00-19:00