



## Режим пребывания детей в ДОУ

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течении суток. основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей. Режим дня составлен с учетом 9 часовым пребыванием ребенка в детском саду.

### Разновозрастная группа

<i>Дома</i>	теплый период	холодный период
	(лето)	
Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30
<b>В дошкольном учреждении</b>		
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	8.00 – 8.30	8.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак, игры	(на воздухе) 9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
Организованная образовательная деятельность	9.30 – 10.00	9.30 – 10.00
	(на воздухе, кроме музыкального)	10.00 — 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа)	10.00 – 11.15	10.30 — 11.00 11.00 – 11.15
Возвращение с прогулки, пальчиковые игры	11.15 – 11.30	11.15 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 11.45	11.30 – 11.45
Подготовка ко сну, дневной сон	11.45– 15.00	11.45 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40 – 17.00	15.40 – 16.20
Чтение художественной литературы		16.20 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой		16.40 – 17.00
<i>Дома</i>		
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30
Прогулка	18.30 – 20.00	18.30 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 21.00	20.00 – 21.00
Укладывание, ночной сон	21.00 – 6.30(7.30)	21.00 – 6.30(7.30)

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую нормативами нагрузку.

2 занятия в день продолжительностью не более 20 минут.