

РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено
Приказом № 7 от 21.08.2020г.
Заведующий МБДОУ №2
Е.Г. Бояркина



Младшая группа (холодный период)

Время	Деятельность детей и воспитателя
7.00 – 8.00	Прием детей. Постепенное вхождение ребенка в жизнь группы, создание спокойного психологического комфортного настроения у каждого ребенка. Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Индивидуальная работа. Игры по интересам.
8.00 – 8.10	Зарядка. Оздоровительная работа .
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.40 – 9.00	Подготовка к образовательной деятельности. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 9.50	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
9.50 – 11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.50 – 12.10	Возвращение с прогулки. Игры. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.10 – 12.40	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
12.40 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы.
15.00 – 15.25	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны, солевые дорожки.
15.25 – 15.50	Подготовка к полднику. Полдник
15.50 – 16.10	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии, художественная, самостоятельная деятельность.
16.10 – 17.10	Подготовка к прогулке. Прогулка
17.10 – 17.40	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.40 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая деятельность. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.