

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 169 от 07.07.2020г.  
Заведующий МБДОУ № 2  
Е.Г. Бояркина



## Средняя 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	Общее приветствие. Совместное планирование дня жизни группы
8.10 – 8.20	Утренняя гимнастика. Оздоровительная работа: дыхательная гимнастика
8.20 – 8.50	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.50 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра.
9.00 – 10.20	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) в начале и конце занятия, динамические паузы в середине занятия.
10.00-10.10	Второй завтрак (сок)
10.10 –12.15	Подготовка к прогулке. Прогулка. Двигательная активность. Наблюдения. Игровая деятельность. Труд. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
12.15 –12.30	Возвращение с прогулки. Навыки самообслуживания, дежурство. Подготовка к обеду. Оздоровительная работа: аутотренинг, релаксация под спокойную музыку.
12.35 – 13.00	Обед. Воспитание культуры еды
13.00 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.
15.00 – 15.15	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны.
15.15 – 15.30	Подготовка к полднику. Полдник.
15.30 – 16.30	Чтение, беседы о духовно- нравственном развитии. Оздоровительная работа. Индивидуально компенсирующая работа логопеда, психолога. Ежедневное чтение. Ручной труд. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Кружковая работа.
16.30 – 17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.30 – 18.00	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин.
18.00 – 19.00	Познавательно-игровая, трудовая деятельность. Игры по интересам. Самостоятельная деятельность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.