

# РЕЖИМ ДНЯ

Утверждено  
Приказом № 162 от 07.07.2020г.  
Заведующий МБДОУ №2  
Е.Г. Бояркина



## II группа раннего возраста (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.
8.10 – 8.40	Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
8.40 – 9.00	Подготовка к занятию. Подвижная, хороводная игра .
9.00 – 9.30	Образовательная деятельность. Оздоровительная работа: упражнения на снятие психологического напряжения (психогимнастика) динамические паузы.
9.30 –11.30	Игры, подготовка к прогулке. Прогулка. Наблюдения. Игровая деятельность. Оздоровительная работа: дозированная ходьба в конце прогулки, дыхательные упражнения.
11.30 –11.45	Возвращение с прогулки. Воспитание навыков самообслуживания. Игры. Оздоровительная работа, релаксация под спокойную музыку.
11.45– 12.20	Подготовка к обеду. Обед. Воспитание культурно – гигиенических навыков.
12.20 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон. Оздоровительная работа: релаксация, создание спокойной обстановки с использованием музыкотерапии и художественной литературы.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем с гигиеническими процедурами. Оздоровительная работа: гимнастика после сна, профилактика плоскостопия и нарушения осанки, закаливание стоп, воздушные ванны, солевые дорожки.
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику. Полдник.
15.40 – 16.10	Игры, организованная и самостоятельная детская деятельность.
16.10 – 17.10	Подготовка к прогулке. Прогулка.
17.10 – 17.35	Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин
17.35 – 19.00	Организованная, самостоятельная познавательно - игровая деятельность, двигательная активность. Работа с родителями. Итог дня. Эмоциональная разрядка Уход домой.