

Режим дня в дошкольном образовании ГБОУ Школа Перспектива

Основным принципом построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим и индивидуальным особенностям детей. Режим дня установлен с учетом климатических условий родного края, а также условий учреждения.

Режим дня в ДО

1 младшая группа (2-3г)

Режимные моменты	Третий год жизни
Приём детей, осмотр	7.00-8.00
Спокойные игры	8.00-8.20
Завтрак	8.20-9.00
Второй завтрак	9.20 -9.30
Активное бодрствование: игры-занятия (по подгруппам)	9.15-9.45
Прогулка	10.00-12.00
Обед	12.10-12.40
Подготовка ко сну, сон	12.40-15.00
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Активное бодрствование игры-занятия по подгруппам	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе	17.00-18.00
Ужин	18.20-18.40
Уход домой	18.40-19.00

2 младшая группа (3-4г)

Режимные моменты	Четвёртый год жизни
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Занятия	9.00-9.40
2 завтрак	9.40-10.00
Подготовка к прогулке	10.00-10.20
Прогулка, возвращение с прогулки	10.20-12.30
Обед	12.30-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.10
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.10
Игровая деятельность, досуги, развлечения	16.10-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.50-18.00
Ужин	18.20-18.35
Свободная игровая деятельность, уход детей домой	18.35-19.00

средняя группа (4-5л)

Режимные моменты	Пятый год жизни
------------------	-----------------

Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Занятия	9.00-9.50
2 завтрак	9.50-10.10
Свободная игровая деятельность	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.20-12.30
Обед	12.30-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.10
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.10
Игровая деятельность, досуги, развлечения	16.10-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к ужину	16.50-18.00
Ужин	18.25-18.40
Свободная игровая деятельность, уход детей домой	18.35-19.00

старшая группа (5-6л)

Режимные моменты	Шестой год жизни
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Занятия	9.00-10.35
2 завтрак	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.45-12.30
Обед	12.30-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.10
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.10
Игровая деятельность, досуги, развлечения	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.00-18.00
Ужин	18.35-18.50
Свободная игровая деятельность, уход детей домой	18.50-19.00

подготовительная группа (6-7л)

Режимные моменты	Седьмой год жизни
Утренний приём детей, осмотр, игры	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50-9.00
Занятия	9.00-10.50
2 завтрак	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00-12.40
Обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, сон	13.10-15.10

Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.10-15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40-16.10
Игровая деятельность, досуги, развлечения	16.10-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, подготовка к ужину	17.00-18.00
Ужин	18.35-18.50
Свободная игровая деятельность, уход детей домой	18.50-19.00