**Режим пребывания детей в ДОУ**

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься незначительные изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность.

**Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | (холодный период) |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режим дня** | **Группа раннего возраста** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** |
| Прием детей, самостоятельная деятельность, игры | 7.30-8.10 | 7.30-8.15 | 7.30-8.15 | 7.30-8.15 |
| Утренняя гимнастика  | 8.10-8.20 | 8.15-8.25 | 8.15-8.25 | 8.15-8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.20-8.50 | 8.25-8.50 | 8.25-8.50 | 8.25-8.50 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |  8.50-9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00-9.10 9.20-9.30(по подгруппам) | 9.00-9.40 | 9.00-9.50 | 9.00-9.55 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры , труд, наблюдения) | 9.30-11.20 | 9.40-11.50 | 9.50-11.50 | 9.55-12.20 |
| Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду  | 11.20-11.45 |  11.50-12.20 | 11.50-12.35 | 12.20-12.40 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.45-12.30 | 12.20-12.55 | 12.35-13.00 | 12.40-13.10 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30-15.00 | 12.55-15.05 | 13.00-15.15 | 13.10-15.15 |
| Подъем, воздушные процедуры, бодрящая гимнастика | 15.00-15.30 | 15.05-15.30 | 15.15-15.30 | 15.15-15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16-00 |
| Образовательная деятельность, игры, кружки |  16.00-16.08 16.18-16.26(по подгруппам) |  16.00-16.15 |  16.00-16.20 |  16.00-16.25 |
| Чтение художественной литературы(совместная деятельность воспитателя с детьми, игры.) | 16.26-17.30 | 16.15-17.20 | 16.20-17.10 | 16.25-17.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой | 17.30-18.18 | 17.20-18-18 | 17.10-18.18 | 17.10-18.18 |

 **(теплый период)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Режим дня** | **Группа раннего возраста** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** |
| Прием детей на воздухе, самостоятельная деятельность, игры | 7.30-8.20 | 7.30-8.25 | 7.30-8.25 | 7.30-8.25 |
| Утренняя гимнастика  | 8.20-8.30 | 8.25-8.35 | 8.25-8.35 | 8.25-8.35 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30-8.50 | 8.35-8.50 | 8.35-8.50 | 8.35-8.50 |
| Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку | 8.50-9.30 | 8.50-9.20 | 8.50-9.20 |  8.50-9.20 |
| Прогулка, игры |  9.30-11.20 | 9.20-11.40 | 9.20-11.40 | 9.20-11.55 |
| Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры | 11.20-11.40 |  11.40-12.00 | 11.40-12.00 | 11.50-12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.40-12.10 | 12.00-12.30 | 12.00-12.30 | 12.15-12.45 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.10-15.00 | 12.30-15.00 | 12.30-15.00 | 12.45-15.00 |
| Постепенный, подъем, воздушные процедуры, бодрящая гимнастика | 15.00-15.20 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 | 15.00-15.15 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.20-15.50 | 15.15-15.35 | 15.15-15.35 | 15.15-15.35 |
| Чтение художественной литературы(совместная деятельность воспитателя с детьми, игры.) | 15.50-16.20 | 15.35-15.50 | 15.35-15.50 | 15.35-15.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой | 16.20-18.18 | 15.50-18.18 | 15.50-18.18 | 15.50-18.18 |