

Режим жизнедеятельности на холодный период 2020-2021 у.г.

Режимные моменты	Группа общеразв. направленности детей в возрасте <i>от 2 до 3 лет</i>	Группа общеразв. направленности детей в возрасте <i>от 3 до 4 лет</i>	Группа общеразв. направленности детей в возрасте <i>от 4 до 5 лет</i>	Группа общеразв. направленности детей в возрасте <i>от 5 до 6 лет</i>	Группа общеразв. направленности детей в возрасте <i>от 6 до 7 лет</i>
<u>Дома:</u> Подъем, утренний туалет	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
Прием, осмотр, сам. деятельность, игры, чтение художественной литературы	7.00 – 8.00	7.00 -8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 7.50 7.50 – 8.10	7.00 – 8.00 8.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05	8.00 – 8.07	8.00 – 8.10	8.10 -8.20	8.20 – 8.30
Подготовка к завтраку, (гигиенические процедуры) завтрак	8.05-8.40	8.07- 8.40	8.10 – 8.40	8.20 – 8.45	8.30 – 8.50
Игры, подготовка к ОД	8.40 – 8.50	8.40 -9.00	8.40 – 9.00	8.45 -9.00	8.50 -9.00
Организованная образовательная деятельность	8.50 – 9.00 1 подгруппа (9.00 – 9.30 Сам. деят.) 9.10 -9.20 2 подгруппа (8.50 – 9.10 9.20 – 9.30 (Сам. деят.)	9.00 -9.40 9.15- 9.25 (Сам. деят.) Пон, четв. 8.50-9.05 (Сам. деят.) 9.05-9.25	9.00 – 9.50 9.20 -9.30 (Сам. деят.)	9.00- 10.00 9.25- 9.35 (Сам. деят.)	9.00 - 10.50 9.30 – 9.40 (Сам. деят.)
Второй завтрак	9.30- 9.40	9.40 -9.50	9.50- 10.00	10.00 – 10.10	10.10 -10.20 (В перерыве между ООД)
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, сам. деят.)	9.40 – 11.10	9.50 – 11.20	10.00 - 11.50	10.10 – 12.00	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, игры	11.10 – 11.20	11.20 – 11.40	11.50 – 12.10	12.00 – 12.20	12.20 – 12.30
Подготовка к обеду. Обед	11.20 – 12.00	11.40 – 12.20	12.10-12.50	12.20-13.00	12.30 -13.00

Подготовка ко сну. Сон.	12.00 -15.00	12.20 – 15.00	12.50- 15.00	13.00- 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем. Постепенный подъем, воздушные ванны, закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10	15.00 – 15.10	15.00 – 15.15	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику. Полдник.	15.10 – 15.25	15.10 – 15.30	15.15 – 15.40	15.20 – 15.40	15.20 – 15.40
Самостоятельная деятельность. Чтение художественной литературы	15.25 – 15.35	15.30 – 15.45	15.40 -15.50	15.40 – 15.50	15.40 – 16.00
Организованная образовательная деятельность Чтение художественной литературы.	15.35 – 15.45 1 подгруппа Сам. деят. (15.45 – 16.05 15.55 – 16.05) 2 подгруппа Сам. деят (15.35 – 15.55)	15.45 -16.00	15.50 – 16.10	15.50 – 16.15	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка.	16.05 – 18.35	16.00 – 18.30	16.10 – 18.20	16.15 – 18.25	16.30- 18.40
Возвращение с прогулки. Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа с детьми, труд. Уход домой.	18.35 – 19.00	18.30 – 19.00	18.20 -19.00	18.25 – 19.00	18.40 – 19.00
Дома:	Самостоятельная деятельность Ужин Подготовка ко сну	Самостоятельная деятельность Ужин Подготовка ко сну	Игры. Самостоятельная деятельность Ужин Подготовка ко сну	Игры. Самостоятельная деятельность Ужин Подготовка ко сну	Игры, самостоятельная деятельность Ужин Подготовка ко сну
Ночной сон	20.20-6.30	20.35- 6.30	20.40 – 6.30	20.45-6.30	21.00- 6.30

В представленном режиме дня выделено специальное время для чтения детям. Это не является обязательным элементом режима дня, и чтение может быть заменено самостоятельной деятельностью детей, однако для эффективного решения программных задач ежедневное чтение крайне желательно.

Для детей 2-3 лет длительность чтения с обсуждением прочитанного рекомендуется до 5-10 минут.

Для детей 3-4 лет длительность чтения с обсуждением прочитанного рекомендуется до 10-15 минут.

Для детей 4-5 лет длительность чтения с обсуждением прочитанного рекомендуется 15 - 20 минут.

Для детей 5-6 лет длительность чтения с обсуждением прочитанного рекомендуется до 20 минут.

Для детей 6-7 лет длительность чтения с обсуждением прочитанного рекомендуется до 20-25 минут.