

31.08.2021

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ ДНЯ  
В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ № 1 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

<i>Дома</i>	
Подъем	07.00-07.30
<i>В детском саду</i>	
Приём детей, сюжетно-ролевая игра, конструктивно-модельная деятельность, ситуативные беседы, самостоятельная деятельность под руководством взрослого	07.30-08.00
Утренняя гимнастика по желанию	08.00-08.06
Подготовка к завтраку, завтрак. Исключить нелюбимое блюдо; не заставлять съедать целую порцию; по показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи.	08.06-08.45
Пальчиковые игры, конструирование, рисование	08.45-08.50
Непрерывная образовательная деятельность Во время НОД больше времени уделять ребенку, не допускать переутомления, разрешить отвлечься, сократить продолжительность занятия, обеспечить рациональную двигательную активность, следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности)	08.50-09.05
Спокойные игры	09.05-09.15
Непрерывная образовательная деятельность. В случае утомления ребенка, может быть отменено	09.15-09.30
Спокойные игры	09.30-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Обеспечить рациональную двигательную активность на прогулке (исключить активные подвижные игры), следить за появлением симптомов переутомления (учащение дыхания и пульса, повышение потоотделения, появление бледности).	10.10-12.05
Возвращение с прогулки, чтение, развитие мелкой моторики рук, самостоятельная деятельность под руководством взрослого, подготовка к обеду	12.05-12.20
Обед Исключить нелюбимое блюдо; не заставлять съедать целую порцию; по показаниям соблюдать диету; увеличить время, необходимое для приёма пищи.	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон. Увеличить продолжительность дневного сна. Для этого следует укладывать ребенка первым и поднимать последним. Обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием, перевести на режим, соответствующий более раннему возрасту.	12.50-15.00
Постепенный подъем, корригирующая гимнастика после сна, подготовка к полднику	15.00-15.25
Полдник	15.25-15.50
Беседы, конструирование, рисование, лепка	15.50-16.50
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка (наблюдения)	16.50-18.50
Возвращение в детский сад, спокойные игры	18.50-19.00
Уход домой	19.00
<i>Дома</i>	
Вечерняя прогулка, возвращение домой, ужин, чтение, поддерживающие и профилактические процедуры, гигиенические процедуры	19.00-20.30
Ночной сон	20.30-07.00