

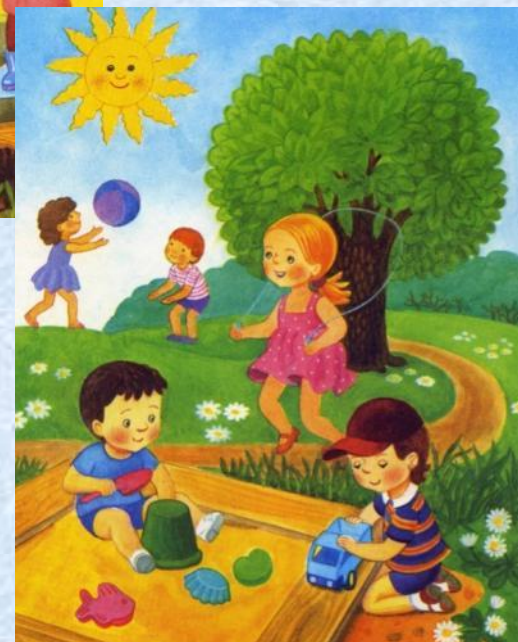
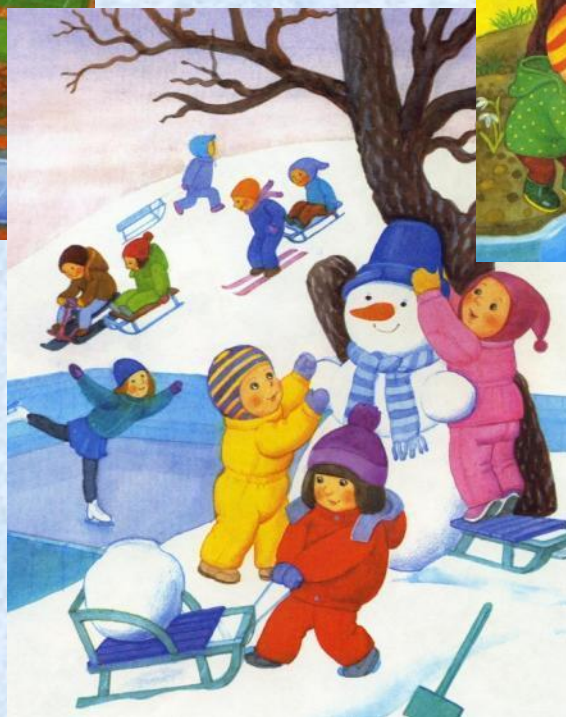


« РЕЖИМ ДНЯ детей раннего возраста»

Режим дня — это система распределения периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, занятий и самостоятельной деятельности детей.



РЕЖИМ ДНЯ ЗАВИСИТ ОТ ВРЕМЕНИ ГОДА



Холодный период года

Вторая группа раннего возраста
(с 2 до 3 лет)

Режимные моменты время

Прием детей. Осмотр, игры, утренняя гимнастика, инд. работа с детьми.	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.20-9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00-9.25 (по подгруппам)
Подготовка к прогулке, прогулка	9.25-11.20
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.40
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	15.40-16.05 (по подгруппам)
Игры, самостоятельная деятельность, инд. работа с детьми	16.05-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой, инд. работа с детьми	16.25-17.30

Теплый период года

Вторая группа раннего возраста
(с 2 до 3 лет)

Режимные моменты время

Прием детей. Осмотр, игры, утренняя гимнастика, инд. работа с детьми.	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30
Игры, подготовка к занятиям, самостоятельная деятельность детей	8.20-9.00
Организованная образовательная деятельность, занятия со специалистами	9.00-9.25 (по подгруппам)
Подготовка к прогулке, прогулка	9.00-11.20
Возвращение с прогулки, игры	11.20-11.45
Подготовка к обеду, обед	11.45-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.40
Игры, самостоятельная деятельность, инд. работа с детьми	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, уход домой, инд. работа с детьми	16.00-17.30



Основные требования к режиму:

Учет возрастных особенностей ребенка.

Постоянство режима.

Точность во времени и правильное чередование, смена одних видов деятельности другими.

Прием детей в группу 7.30- 8.00

- время на раздевание
- время на беседу с воспитателем(осмотр детей)
- время на посещение туалетной комнаты
- время на общение с друзьями



Утренняя зарядка 8.00- 8.10

**Мы зарядкой заниматься
начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
пусть они не ходят к нам.**



Комплекс зарядки

- ▣ Выглянуло солнышко и зовет гулять.
- ▣ Как приятно с солнышком вместе нам шагать
- ▣ **Ходьба стайкой за воспитателем 10 сек.**
- ▣ Выглянуло солнышко, светит высоко.
- ▣ По тропинке с солнышком нам бежать легко.
- ▣ **Бег стайкой за воспитателем 8 сек.**
- ▣ **ОРУ «Поиграем с солнышком»**
- ▣ **1.«Греем ладошки»**
- ▣ Ты ладошки нам погрей, наше солнышко,
- ▣ Наше солнышко-колокольшко
- ▣ **И.п. – о.с. Руки вперед, ладони вверх – и.п. – 4 раза.**
- ▣ **2.«Ищем лучик»**
- ▣ Показался солнца лучик – стало нам светлее.
- ▣ Справа лучик, слева - лучик, стало веселее.
- ▣ **И.п. – стоя ноги на ширине плеч, руки на пояс. Поворот вправо – И.п., влево – И.п. – 2 раза**
- ▣ **3.«Радуемся солнышку»**
- ▣ Солнцу рады все на свете и воробушки и дети. 5 раз
- ▣ **И.п. – о.с. – Прыжки на двух ногах на месте.**
- ▣ Вот и кончилась игра!
- ▣ А теперь на завтрак дружно зашагала детвора
- ▣ **Ходьба стайкой за воспитателем.**

ПРИЕМ ПИЩИ

- 8.10- 8.30 ЗАВТРАК
- 12.45-12.20 ОБЕД
- 15.15-15.40 ПОЛДНИК



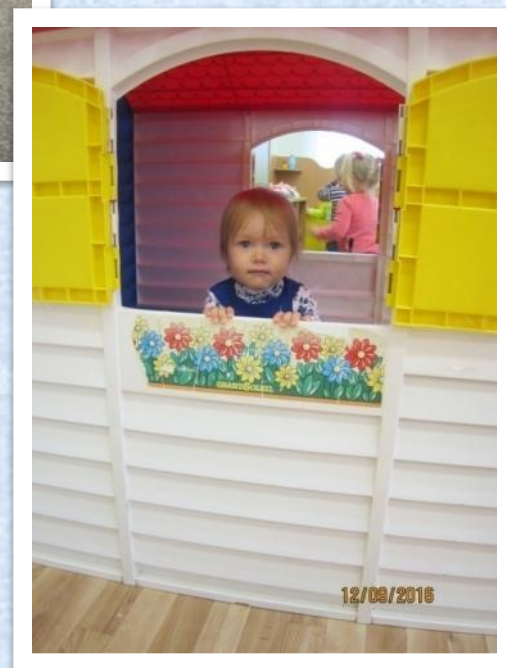
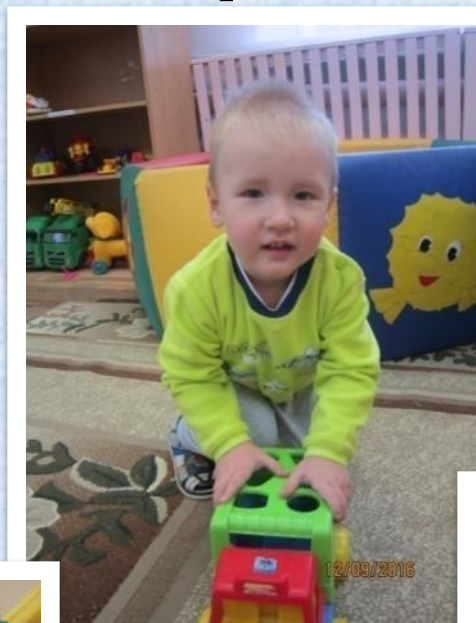
Программа «От рождения до ШКОЛЫ»

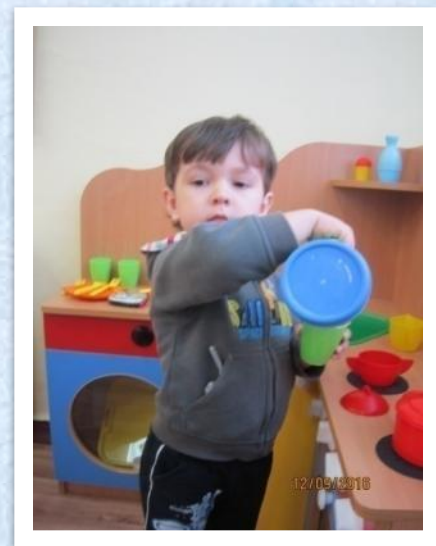
- Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.
- **Цель** – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

**Организованная образовательная деятельность.
9.00 – 9.25 (по подгруппам)
Мы танцуем и поём - очень весело живём!**



Познаём, играем и развиваемся!





прогулка

Прогулки – это важно.

9.25 – 11.20

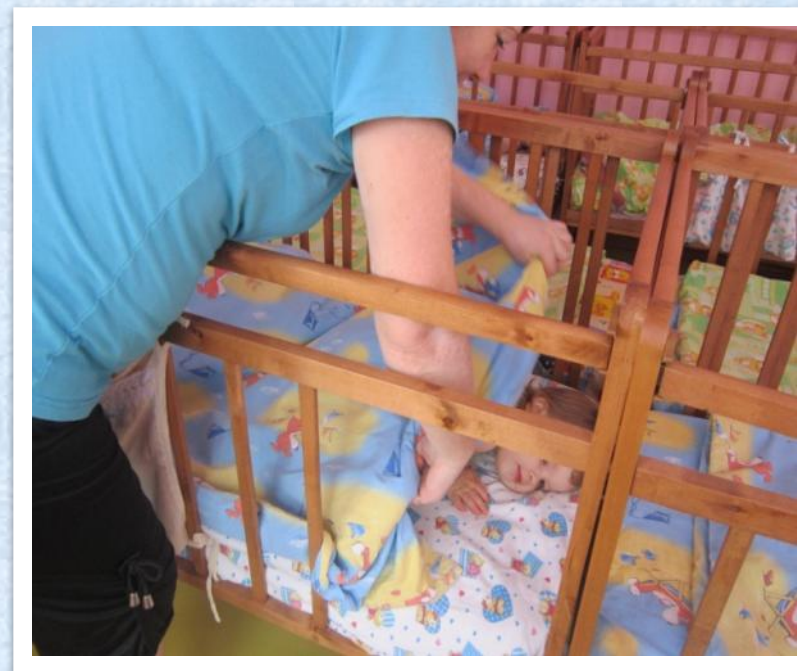
16.25 – 17.30



**НЕ БОИМСЯ МЫ ВОДИЧКИ, БУДЕМ
ЧИСТО УМЫВАТЬСЯ ,БУДЕМ МАМЕ
УЛЫБАТЬСЯ.**



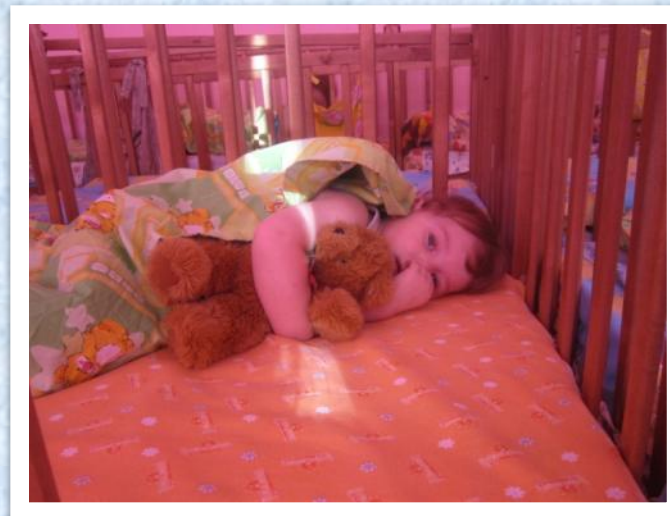
**Ставни закрываются, дети раздеваются.
Тише, тише, птицы!
Вы не пойте под окном!
Спят ребята крепким СНОМ.**



СОН РЕБЕНКА



- Только во время сна ребенок получает полный отдых.
- Сон должен быть достаточно продолжительным:
- Дети 2-3 лет спят 14 часов в сутки,
- Дневной сон 2-2,5 часов
- Дети должны ложиться не позднее 8—9 часов вечера.



Закаливание



Отдохнули и снова за работу...

Организованная образовательная деятельность.

15.40 – 16.05 (по подгруппам)



Режим дня — это чередование различных видов деятельности: отдыха, сна, питания, пребывания на свежем воздухе. И если в дошкольном учреждении режима придерживаются неукоснительно, то в субботу и воскресенье правила упорядоченной жизни нередко нарушаются. В результате в понедельник утром большинство детей выглядят утомленными или, наоборот, чересчур возбуждены.

От нарушения режима страдает не только ребенок, но и родители. Вместе со своим малышом вы тратите слишком много энергии, быстрее устаете и ничего не успеваете сделать.

Вывод прост:

**соблюдение режима облегчает жизнь и вам,
и вашему ребенку.**