

Режим дня второй ясельной группы «Матрешки» для детей от 1,5 до 3 лет на холодный период года

Время	Режимные моменты	Содержание
07.00. - 08.00.	Утренний приём детей	Приём детей, осмотр, опрос родителей, термометрия с регистрацией в журнале учёта детей (проводит воспитатель). Индивидуальное общение воспитателя с детьми и родителями. Самостоятельная деятельность детей. Игры.
08.00. - 08.10.	Утренняя зарядка	Зарядка в групповом помещении. Проводит воспитатель.
08.10. - 08.30.	Подготовка к первому завтраку	Гигиенические процедуры. Обучение навыкам самообслуживания, воспитание культурно-гигиенических навыков. Беседы с детьми о соблюдении правил личной гигиены, о меню. Пальчиковая (зрительная, артикуляционная) гимнастика.
08.30. - 09.00.	Первый завтрак	Обучение правилам поведения за столом, навыкам пользования столовыми приборами и культуры еды. Полоскание рта и горла после еды.
09.00. - 09.20.	Активное бодрствование	Игры. Предметная деятельность.
09.20. - 09.30.	Образовательная нагрузка	Занятие 1 в игровой форме по подгруппам (согласно календарно-тематическому планированию).
09.30. - 09.40.	Перерыв между занятиями	Физкультурные минутки.
09.40. - 09.50.	Образовательная нагрузка	Занятие 2 в игровой форме по подгруппам (согласно календарно-тематическому планированию).
09.50. - 10.00.	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак	Гигиенические процедуры. Полоскание рта и горла после еды.
10.00. - 10.20.	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку	Гигиенические процедуры. Переодевание. Обучение навыкам самообслуживания.

10.20. - 11.40.	Прогулка	Самостоятельная деятельность детей. Совместная деятельность взрослого и детей. Игры.
11.40. - 12.00.	Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	Переодевание. Обучение навыкам самообслуживания. Гигиенические процедуры. Обучение навыкам самообслуживания, воспитание культурно-гигиенических навыков. Беседы с детьми о соблюдении правил личной гигиены, о меню.
12.00. - 12.30.	Обед	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение правилам поведения за столом, навыкам пользования столовыми приборами и культуры еды. Полоскание рта и горла после еды.
12.30. - 15.30.	Подготовка ко сну. Дневной сон	Гигиенические процедуры. Обучение навыкам самообслуживания, воспитание культурно-гигиенических навыков. Релаксационные упражнения перед сном. Создание, поддержание тишины и благоприятной обстановки для сна. Использование классической (релаксационной) музыки. Чтение художественной литературы. Сон.
15.30. - 15.45.	Постепенный подъём	Оздоровительные (гимнастика пробуждения, самомассаж, хождение по массажным дорожкам для профилактики плоскостопия) и гигиенические процедуры. Термометрия с регистрацией в журнале учёта детей.
15.45. - 16.00.	Подготовка к полднику. Полдник	Воспитание культурно-гигиенических навыков. Обучение правилам поведения за столом, навыкам пользования столовыми приборами и культуры еды. Беседы с детьми о меню. Полоскание рта и горла после еды.
16.00. - 16.20.	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку	Гигиенические процедуры. Переодевание. Обучение навыкам самообслуживания.
16.20. - 17.30.	Активное бодрствование детей во время прогулки	Самостоятельная деятельность детей. Предметная деятельность. Игры. Подвижные игры.
17.30.	Уход домой	Индивидуальное общение воспитателя с родителями детей. Регистрация в журнале учета детей.