

БДОУ «Детский сад комбинированного вида
«Аленушка»

ЗНАЧЕНИЕ РЕЖИМА ДНЯ В ЖИЗНИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2020г год



Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

- время приёма пищи;**
- укладывание на дневной сон;**
- общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.**

*Примерный режим дня
первой младшей группы (ранний возраст 2 – 3 года)*

7.30 -8.30

Прием детей, самостоятельная деятельность в игровых центрах, ситуативные беседы, утренняя зарядка.



Нет нужней зарядки дела,
Чтоб окрепли мышцы тела.
Упражнений нет важней,
Чтобы стал малыш сильней.



8.30-8.50

Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак



Нам омлет и запеканки,
Кашу вкусную из манки.
И конечно молочка,
Целых два стаканчика.
Завтрак быстро уплетем,
На занятия пойдем.
Но сначала мы, конечно,
Всю посуду уберем

*8.50-9.20 *общая длительность, включая перерыв*

Игры, подготовка к образовательной деятельности
НОД (занятие) - непосредственно образовательная
деятельность по подгруппам.



В нашем садике, друзья,
Просто замечательно!
Мы - как дружная семья
С нашим воспитателем:
Вместе песенки поём.
Веселимся, празднуем,
В общем, здорово живём
И смеёмся радостно!
(Я. Сысоева)

9.40-
11.00

Подготовка к прогулке, прогулка.



Разноцветные штанишки
Курточкам под стать –
Из детсада ребяташки
Вышли погулять.



11.20-12.00

Возвращение с прогулки, подготовка к обеду,
гигиенические процедуры, обед



Мой хороший аппетит
В животе один сидит.
Ножками топочет,
Он обедать хочет!
Вот несёт мне ложка
Супчик из горошка.
И котлету прямо в рот
Вилка шустрая несёт.
Шепчет тихо аппетит:
Сыт-сыт-сыт-сыт.



12.00 – 15.00

Подготовка ко сну. Дневной сон



В детском садике у нас
Тихий час.

В этот час нам нужна
Тишина.

Мы сказали: – Чок! Чок! Чок!

Язычок,

Закрываем тебя

В сундучок.

Запираем сундучок

На крючок.

Все ребятки на кроватки,

Все молчок!



15.00 – 15.30

Постепенный подъем. Закаливающие процедуры. Одевание. Полдник.



15.30-16.40

Образовательная деятельность детей



16.40- 18.00

игровая деятельность детей



Много игрушек в детском саду,
Наши игрушки стоят на виду:
Мы наши игрушки не бьем, не
ломаем,
Их у товарищей не отнимаем.
Наши игрушки стоят на виду, –
Все у нас общее в детском саду.
(Н. Найденова)





Соблюдение режима дня:

- способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма
- обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка
- предохраняет нервную систему от переутомления
- создает благоприятные условия для своевременного развития
- формирует способность адаптироваться к новым условиям
- формирует устойчивость к воздействию отрицательных факторов

Спасибо за
внимание!

