

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 топчет,  
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!

