

Режим дня и распорядок

Начало учебного года 1 сентября.

Продолжительность учебного года с 01.09 по 31.05, с 01.05 по 31.08 – летний оздоровительный период.

Третий год жизни. Первая младшая группа (2-3 года)

Примерный режим дня Холодный период года (сентябрь-май)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.30	Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика
8.30- 8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
8.55 – 9.10	Самостоятельные игры, подготовка к образовательной деятельности
9.10 – 9.20 9.30 - 9.40	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе (НОД) (по подгруппам)
9.40-10.00	Игры, общение и деятельность по интересам
10.00--10.10	Второй завтрак
10.10 – 11.40	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
11.40-12.00	Подготовка к обеду, обед
12.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Постепенные подъем, воздушные и гигиенические процедуры
15.35-15.45	Развивающие образовательные ситуации
15.45 – 16.10	Уплотненный полдник
16.10 – 16.30	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам
16.30 – 18.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
до 19.00	Игры, уход домой

Примерный режим дня Теплый период года (июнь-сентябрь)

07.00 - 08.20	Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика
08.20 - 08.55	Подготовка к завтраку, завтрак.
08.55-09.15	Игры, подготовка к прогулке, к занятию и выход на прогулку.
09.15-09.30 09.30-11.30 10-10.10	Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры, образовательная деятельность на участке Второй завтрак
11.30-11.30	Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры.
11.30-12.00	Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну
12.00-15.00	Дневной сон
15.00-15.30	Подъем детей, игровой массаж, игры
15.30-15.50	Уплотненный полдник
15.45-16.30	Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку
16.30-18.20	Прогулка
18.20-19.00	Возвращение с прогулки, игры, уход домой

Примерный режим дня в холодный период года (с 01.09 по 31.05) для детей второй младшей группы (3-4 года)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.30	Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика
8.30- 8.55	Завтрак
8.55 – 9.10	Самостоятельные игры
9.10 – 09.50 9.10-9.25, 9.35-9.50	Развивающие образовательные ситуации на игровой основе
10.00-10.10	Второй завтрак

10.00 – 12.00	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
12.00- 12.30	Подготовка к обеду, обед, подготовка ко сну
12.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.40	Постепенные подъем, воздушные и гигиенические процедуры, развивающие образовательные ситуации
15.40 – 16.10	Уплотненный полдник
16.10 – 16.30	Игры, досуги, общение и деятельность по интересам
16.30 – 18.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
до 19.00	Игры, уход домой

для детей средней группы (4-5 лет)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.20	Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика
8.20- 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Самостоятельные игры детей
9.00 – 9.50 9.00-9.20; 9.30-9.50	Образовательные развивающие ситуации на игровой основе (включая перерыв)
9.50-10.00	Самостоятельные игры детей
10.00-10.10	Второй завтрак
10.10 – 12.10	Подготовка к прогулке, прогулка
12.10- 12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40 – 12.45	Подготовка ко сну, релаксирующая гимнастика перед сном
12.45 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Постепенные подъем, пробуждающая гимнастика после сна, водные, воздушные, гигиенические процедуры
15.30 – 16.00	Подготовка к полднику, уплотненный полдник
16.00 – 16.30	Игры, досуги, общение по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности
16.30 – 18.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
до 19.00	Игры, уход домой

для детей старшей группы (5-6 лет)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.20	Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика
8.20- 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 – 9.00	Игры и свободное общение детей
9.00 – 10.00 9.00-9.25; 9.35-9.55	Организация образовательной деятельности: образовательные ситуации (включая перерыв)
10.00-10.10	Второй завтрак
10.20 – 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
12.30- 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 – 13.00	Подготовка ко сну, релаксирующая гимнастика перед сном
13.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенные подъем, водные, воздушные, гигиенические процедуры
15.20-15.40	Игры, самостоятельная деятельность; образовательная деятельность
15.40 – 15.55	Подготовка к полднику, уплотненный полдник
15.55 – 16.20	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей
16.20 – 18.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки

до 19.00	Игры, уход домой
----------	------------------

для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Время	Режимные моменты
7.00 – 8.20	Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика
8.20- 8.45	Подготовка к завтраку, завтрак
8.45 – 9.00	Игры по выбору детей
9.00 – 10.50 9.00-9.30; 9.40-10.10; 10.20-10.50	Организация образовательной деятельности: образовательные ситуации (включая перерыв)
10.50-11.00	Второй завтрак
11.00 – 12.30	Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки
12.30- 12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50 – 13.00	Подготовка ко сну, релаксирующая гимнастика перед сном,
13.00 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.20	Постепенные подъем, водные, воздушные, гигиенические процедуры
15.20 – 15.45	Подготовка к полднику, уплотненный полдник
15.45 – 16.35	Игры, досуги, кружки, самостоятельная деятельность и общение по интересам и выбору детей
16.40 – 18.20	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки
до 19.00	Игры, уход домой

Режим в теплый период года (с 01.06 по 31.08)

	Младшие группы	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	07.00 - 08.20	07.00 -08.25	07.00-08.35	07.00-08.35
Подготовка к завтраку, завтрак.	08.20 - 08.55	08.25-08.55	08.35-09.00	08.35-09.00
Игры, подготовка к прогулке, к занятию и выход на прогулку.	08.55-09.15	08.55-09.15	09.00-09.15	09.00-.09.15
Образовательная деятельность на участке	09.15-09.30	09.20-09.35	09.20-09.40	09.20-09.45
Игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры Второй завтрак	09.30-11.30 10.00	09.40-11.40 10.00	09.45-12.15 10.00	09.50-12.15 10.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры.	11.30-11.50	11.40-12.00	12.15-12.30	12.15-12.30
Подготовка к обеду, обед.	11.50-12.30	12.00-12.35	12.30-13.00	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон.	12.30-15.00	12.35-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Подъем детей, игры, самостоятельная деятельность.	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.45	15.00-15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник.	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Подготовка и выход на прогулку	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Прогулка, игры, уход детей домой.	16.30-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00

Гибкий режим

Помимо типового режима дня по возрастным группам в МБДОУ предусмотрено использование вариативных режимов пребывания ребенка – гибкий режим: «при плохой погоде», «при карантине», щадящий режим дня, индивидуальный режим дня. «При плохой погоде» - оптимальное распределение режимных моментов (система быстрого реагирования на внезапно изменяющуюся ситуацию).

При неблагоприятных погодных условиях, при сокращении или невозможности проведения прогулки, используются следующие формы организации режима:

- посещение детей группы других помещений (музыкального зала, спортивного зала), где организуются различные подвижные и развивающие игры, соревнования и др.;
- организация экскурсии для детей старших и подготовительных групп в художественную мини – галерею или экологический уголок;
- посещение другой группы («хождение по гостям»).

В каждом помещении создаются условия для развивающей деятельности дошкольников.

В группе в это время проводится сквозное проветривание, влажная уборка

Режим дня при ненастной погоде

<i>Режимные моменты</i>	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.30	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.45
Самостоятельные игры и свободное общение детей	8.55-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
НОД: образовательные ситуации	9.10-9.50 9.10-9.25, 9.35-9.50	9.05-9.50 9.00-9.20, 9.30-9.50	9.00-9.55 9.00-9.25; 9.35-9.55	9.00-10.50 9.00-9.30; 9.40-10.10; 10.20-10.50
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.50-11.00
Совместная игровая деятельность, индивидуальная работа, деятельность детей по интересам.	10.10-11.00	10.10-11.00	10.10-11.00	
Подвижные игры, игры-забавы (проводятся в спортивном или музыкальном зале...)	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.20	11.00-11.20
Творческие игры, показ театров	11.20-12.10	11.20-12.10	11.20-12.10	11.20-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.10-12.40	12.10-12.50	12.10-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры, общение ...	15.00-15.40	15.00-15.30	15.00-15.45	15.00-15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам. Уход детей домой	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00

В дни карантина и периоды повышенной заболеваемости в режиме дня увеличивается общая продолжительность пребывания детей на свежем воздухе.

- Изменяется время и продолжительность прогулки.
- Активизируется режим двигательной активности детей в помещении: используются все свободные учебные помещения в детском саду (музыкальный и физкультурный залы).
- График посещения группами данных помещений прилагается.
- Увеличивается время на игровую, совместную и самостоятельную деятельность детей.

«При карантине» – на время действия карантина: организация режимных моментов и образовательного процесса согласуется с медсестрой с учётом типа заболевания и организацией профилактических мероприятий.

- Прекращается контакт с другими группами.
- Уменьшается время занятий (на 5 мин. каждое) и увеличивается время прогулок (для более продолжительного сквозного проветривания, санитарной обработки группового помещения, на 10 -20 мин.).
- Не проводится работа с раздаточным материалом.
- Занятия со специалистами проводятся в группе.

Режим дня при карантине

<i>Режимные моменты</i>	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний прием, осмотр детей. Игры, общение. Утренняя гимнастика (проводится в группе)	7.00-8.30	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.45
Самостоятельные игры и свободное общение детей	8.55-9.10	8.50-9.00	9.00-9.55 9.00-9.25, 9.35-9.55	8.50-9.00
НОД: образовательные ситуации (НОД по музыкальному развитию и физической культуре проводятся в группе)	9.10-9.45 9.10-9.20, 9.30-9.45	9.05-9.40 9.00-9.15, 9.25-9.40	9.00-9.50 9.00-9.20, 9.30-9.50	9.00-10.50 9.00-9.25; 9.35-10.00; 10.10-10.35
Второй завтрак	9.50-10.00	9.50-10.00	10.00-10.10	10.40-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп)	10.00-12.00	10.00-12.10	10.10-12.30	10.50-12.35
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.10-12.40	12.30-12.50	12.35-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00-15.45	15.00-15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45-16.00	15.45-16.00
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке (организация выхода и возвращение с прогулки изолированно от других групп) Игры на воздухе	16.30-18.20	16.30-18.20	16.30-18.20	16.30-18.20
Возвращение с прогулки, игры, уход	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00

«Щадящий» (скорректированный) - для детей, поступивших после болезни.

- Рекомендовано уменьшение длительности пребывания ребёнка в МБДОУ на 1,5-2 часа.
- Уменьшение длительности занятий на 10 минут (ребёнок подключается по желанию).
- Освобождение от занятий по физической культуре.
- Увеличение времени дневного сна на 20 минут (поздний подъём).
- Гибкий режим прогулок (сокращение времени прогулки, ребёнок одевается на прогулку последним и раздевается первым после прогулки).
- Сокращение времени воздушных ванн и отмена закаливающих процедур.

Продолжительность действия щадящего режима устанавливается медсестрой.

«Индивидуальный» - для сопровождения конкретного ребёнка на определённый период времени.

Данный режим целесообразен для детей:

- 3, 4 групп здоровья;
- перенесших серьёзное заболевание;
- после длительного отсутствия (санаторий, отпуска);
- с индивидуальными особенностями (по рекомендации врачей, психологов).
- Сокращение (по возможности) время пребывания ребёнка в ДОУ.
- Увеличение времени сна (поздний подъём).
- Сокращение умственной нагрузки (ребёнок подключается по желанию).
- Отмена или ограничение физической нагрузки.
- Наблюдение медсестрой.
- Особые условия организации прогулки.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575809

Владелец Ярошенко Елена Степановна

Действителен с 02.06.2021 по 02.06.2022