



Заведующий МБДОУ
«Белоярский детский сад»
И.С. Маркова
10 августа 2020 г.

Режим дня

в МБДОУ «Белоярский детский сад»

Пояснительная записка к режиму дня детей муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Белоярский детский сад».

Режим дня разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях СанПиН 2.4.1.3049-13».

Режим дня составлен исходя из пятидневной рабочей недели (суббота, воскресенье – выходные дни); с расчетом на 12- часовое пребывание ребенка в детском саду; с учетом сезонных изменений.

Прием детей в ДООУ осуществляется с 07.00 – 08.00 часов.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. В середине периода, отведенного на образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки, гимнастики для глаз, динамические паузы и игры для психологических разгрузок.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельностью составляет не менее 10 минут.

Каникулы два раза в год: летние и зимние (одна неделя в январе).

Прогулка организуется утром после образовательной деятельности и во вторую половину дня после полдника.

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 - 4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

<i>Возрастная группа</i>	<i>Дневной сон</i>	<i>Прогулка</i>	<i>Количество занятий в день</i>
Младшая группа	3 часа	3,5 часа	2 занятия по 10 мин
Средняя группа	2,5 часа	4 часа	2 занятия по 20 мин
Старшая группа	2 часа	4,5 часа	2/3 занятия по 25 мин
Подготовительная группа	2 часа	4,5 часа	2/3 занятия по 30 мин

В МБДОУ «Белоярский детский сад» функционирует 4 группы, из них:

Младшая группа (от 1,5 – 3 лет)

Средняя группа (от 3-4 лет)

Старшая группа (5-6 лет)

Подготовительная группа (6-7 лет).

**Примерный режим дня в младшей группе (от 1,5 до 3 лет)
в холодный период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35
Самостоятельная деятельность детей, подготовка к образовательной деятельности	8.35 - 9.00
НОД (по подгруппам), (общая деятельность, включая перерывы)	9.00 - 9.35
Развивающие игровые ситуации в игровых уголках	9.35 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	10.05 – 11.25
Возвращение с прогулки, свободная деятельность детей	11.25 – 11.45
Обед	11.45 – 12.05
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10 – 15.25
НОД (общая деятельность, включая перерывы) 1 и 2 подгруппы	15.30 - 16.05
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	16.05 – 16.45
Возвращение с прогулки.	16.45 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.00 – 17.20
Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей, игры.	17.20 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в младшей группе (от 1,5 до 3 лет)
в теплый период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.35
Самостоятельная деятельность детей в игровых уголках, индивидуальная работа	8.35 - 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры, воздушные ванны)	9.00 – 11.20
Второй завтрак	9.55 – 10.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20 – 11.30
Обед	11.30 – 12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25 - 15.45
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	15.45 – 17.00
Возвращение с прогулки.	17.00 - 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.25
Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей, игры, индивидуальная работа с детьми	17.25 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в средней группе (от 3 до 5 лет)
в холодный период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45 – 9.00
НОД (общая деятельность, включая перерывы)	9.00 - 9.50
Свободная деятельность детей в игровых уголках	9.50 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	10.10 – 11.45
Возвращение с прогулки, свободная деятельность детей	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Совместная организованная деятельность, дидактические игры, индивидуальная работа с детьми	15.30- 15.45
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	15.45 – 16.45
Возвращение с прогулки	16.45 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.05 – 17.20
Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей, игры	17.20 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в средней группе (от 3 до 5 лет)
в теплый период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 7.55
Утренняя гимнастика на улице	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	8.50–11.25
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.25 – 11.35
Обед	11.35 – 12.05
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	15.30 - 17.05
Возвращение с прогулки	17.05 – 17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.15 – 17.45
Самостоятельная игровая деятельность детей на прогулке	17.45 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в старшей группе (от 5 до 6 лет)
в холодный период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Свободная самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45 – 9.00
НОД (общая деятельность, включая перерывы)	9.00 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	10.10 – 12.05
Возвращение с прогулки, свободная деятельность детей	12.05 – 12.15
Обед	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.35
Самостоятельная игровая деятельность, дидактические игры, беседы, индивидуальная работа с детьми	15.35 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	16.00 – 16.50
Возвращение с прогулки, водные процедуры	16.50 – 17.00
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.25
Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей, игры	17.25 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в старшей группе (от 5 до 6 лет)
в теплый период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика на улице	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	8.45 – 11.30
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30 – 11.50
Обед	12.10 – 12.25
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	15.35 – 17.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.25
Самостоятельная игровая деятельность детей на улице, игры	17.25 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00

**Примерный режим дня в подготовительной группе (от 6 до 7 лет)
в холодный период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Свободная самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	8.45 – 9.00
НОД (общая деятельность, включая перерывы)	9.00 – 10.10
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	10.10 – 12.15
Возвращение с прогулки, свободная деятельность детей	12.15 – 12.30
Обед	12.30 – 12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.35
Самостоятельная игровая деятельность, дидактические игры, беседы, индивидуальная работа с детьми	15.35 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	16.00 – 17.00
Возвращение с прогулки	17.00 – 17.10
Подготовка к ужину, ужин	17.10 – 17.25
Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей, игры	17.25 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00
Прием детей в группе, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	17.00 – 18.00

**Примерный режим дня в подготовительной группе (от 6 до 7 лет)
в теплый период года.**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр, беседы/игры с детьми, свободная деятельность детей	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика на улице	8.05 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	8.45 – 11.30
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.30 – 11.50
Обед	12.15 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные и гигиенические процедуры, обширное умывание, профилактика плоскостопия	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения в природе, труд в природе, подвижные игры)	15.35 – 17.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	17.10 – 17.15
Подготовка к ужину, ужин	17.15 – 17.25
Самостоятельная игровая деятельность детей на улице, игры	17.25 – 18.00
Уход детей домой	18.00 – 19.00