



Приказ № 30 от 01.09.2022г

Распорядок и режим дня
МБДОУ «Аленушка» с. Покровское
на 2022-2023 год

Режим дня МБДОУ «Аленушка» с. Покровское составлен в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049 – 13, утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20).

Режим работы ДОУ – 10 часов. Режим дня построен с учётом естественных ритмов физиологических процессов детского организма. Он соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.

- Режим дня в ДОУ имеет рациональную продолжительность и предполагает разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение их пребывания в учреждении. Режим дня во всех возрастных группах ДОУ соответствует возрастным психофизиологическим особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.

- Режим дня является основой организации образовательного процесса в ДОУ в соответствии со временем пребывания ребенка в группе - 10 часов, (5 часов) при пятидневной рабочей неделе.

- Режимы в ДОУ составляются на холодный и теплый период времени года, на период адаптации, каникулярный и карантинный период в соответствии с СанПиН 2.4.1. 3049-13.

- На основании требований СанПиН 2.4.1.3049-13. в режим всех возрастных групп введен второй завтрак.

- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 часов, включая утренний прием детей на улице, а также НОД по физическому развитию, проводимую на открытом воздухе. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину

дня - перед уходом детей домой. (При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20°C и скорости ветра более 15 м/с.).

Продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста 2,0 - 2,5 часа. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью 3 час

**Примерный режим дня
Вторая группа раннего
возраста (2-3 года)
(холодный период)**

Режимные моменты	*Время
Приём детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.20-9.00
*Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций. (Занятия проводятся по подгруппам в зависимости от количества детей в группе.)	9.00-9.10 9.20-9.30
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность	9.00-11.15
Второй завтрак	Согласно СанПиН
Возвращение с прогулки, игры	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00
Постепенный подъём, пробуждающая гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.35
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность, подготовка ООД	15.35-16.15
*Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций. (Занятия проводятся по подгруппам в зависимости от количества детей в группе.)	15.25-15.35 15.40-15.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность	16.15-17.30
Уход детей домой	до 17.30

*Временной период может варьировать в связи с особенностями возрастной группы либо другими значимыми событиями.

Примерный режим дня

Вторая младшая группа (3-4 года) (холодный период)

<u>Режимные моменты</u>	<u>*Время</u>
<u>Приём на свежем воздухе, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика</u>	<u>7.30-8.30</u>
<u>Подготовка к завтраку, завтрак</u>	<u>8.30-8.50</u>
<u>Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к ООД</u>	<u>8.50-9.00</u>
<u>* Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций.</u>	<u>9.00-9.40 (по сетке ООД)</u>
<u>Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)</u>	<u>9.40-11.45</u>
<u>Второй завтрак</u>	<u>Согласно СанПиН</u>
<u>Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность</u>	<u>11.45-12.00</u>
<u>Подготовка к обеду, обед</u>	<u>12.00-12.30</u>
<u>Подготовка ко сну, дневной сон</u>	<u>12.30-15.00</u>
<u>Подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры</u>	<u>15.00-15.20</u>
<u>Подготовка к полднику, полдник</u>	<u>15.20-15.40</u>
<u>Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность</u>	<u>15.40-16.00</u>
<u>Подготовка к прогулке, прогулка, игры</u>	<u>16.00-17.30</u>
<u>Уход детей домой.</u>	<u>до 17.30</u>

*Временной период может варьировать в связи с особенностями возрастной группы либо другими значимыми событиями.

Примерный режим дня
Разновозрастная
группа
средняя и старшая
(4-5; 5-6 лет)
(холодный период)

Режимные моменты	*Время
Приём на свежем воздухе, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, дежурство	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.45-9.00
*Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций. (Занятия проводятся по подгруппам)	9.00-10.15 (по сетке ООД)
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)	10.10-12.05
Второй завтрак	Согласно СанПиН
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.45
*Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций.	15.45-16.10 (по сетке ООД)
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность,	16.10-16.25
Подготовка к прогулке, прогулка, игры	16.25-17.30
Уход детей домой	до 17.30

*Временной период может варьировать в связи с особенностями возрастной группы либо другими значимыми событиями.

**Примерный режим дня
подготовительная к школе группа
(холодный период)**

Режимные моменты	*Время
Приём на свежем воздухе, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика, дежурство	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.45
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.45-9.00
*Организованная образовательная деятельность в форме игровых ситуаций.	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей)	10.50-12.20
Второй завтрак	Согласно СанПиН
Возвращение с прогулки, игры	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Подъём, гимнастика после сна, воздушные, водные процедуры	15.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45
Игры, самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.45-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры	16.00-17.30
Уход детей домой	до 17.30

*Временной период может варьировать в связи с особенностями возрастной группы либо другими значимыми событиями.

Режим дня в группе детей раннего возраста.

Тёплый период года. 10 часов
(группа раннего возраста 2-3 года.)

Режимные моменты	Время
Прием детей, осмотр, взаимодействие с семьёй, индивидуальная работа, утренняя гимнастика, подготовка к завтраку	7.30 – 8.15
Завтрак	8.15- 8.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.30 – 9.00
Прогулка, интегрированная прогулка по экологической тропе, наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность Второй завтрак	9.00 - 11.20 10.00
Подготовка к обеду	11.20-11.45
Обед	11.45-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон (засыпание под музыку)	12.10-15.20
Постепенный подъем, гимнастика пробуждения, дорожка здоровья, воздушное контрастное закаливание	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45
Прогулка, совместная деятельность воспитателя с детьми, игры, самостоятельная деятельность детей, чтение художественной литературы,	15.45-16.00
Прогулка, беседы с родителями, уход домой	16.00-17.30

*Временной период может варьировать в связи с особенностями возрастной группы либо другими значимыми событиями.

Режим дня в группе для детей дошкольного возраста
 Теплый период года – с 10 часовым пребыванием детей в ДООУ.
 (вторая младшая - подготовительная группа)

Режимные моменты	разновозрастные группы			
	вторая младшая подгруппа	средняя подгруппа	старшая подгруппа	подготовительная к школе подгруппа
Прием, осмотр, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30—8.20	7.30—8.25	7.30—8.35	7.30—8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20—8.55	8.25—8.55	8.35—9.00	8.35—8.55
2 завтрак Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.00 8.55—9.20	10.00 8.55—9.20	10.00 9.00—9.25	10.00 8.55—9.25
Прогулка (игры, наблюдение, труд, исследовательская деятельность)	9.20—11.40	9.20—11.50	9.25—12.00	9.25—12.10
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры, спокойные игры	11.40—12.00	11.50—12.15	12.00-12.20	12.10—12.30
Подготовка к обеду, обед	12.10—12.30	12.15—12.35	12.20-12.45	12.30—12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30—15.10	12.35—15.10	12.45-15.10	12.50—15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, игры	15.10—15.30	15.10—15.30	15.10-15.25	15.00—15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.30—16.00	15.30—16.00	15.25-15.45	15.25—15.35
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, труд, уход детей домой	16.00—17.30	16.00—17.30	15.45-17.30	15.35-17.30