

Режим дня МБДОУ «Д/с «Умка»

Режим является важнейшим условием успешного развития детей дошкольного возраста. Режим дня – научно обоснованный распорядок жизни детей в детском саду, предусматривающий рациональное распределение различных видов деятельности во времени и их последовательность.

Выполнение режима дня обеспечивает сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Требования к режиму дня определяются психофизиологическими особенностями развития, задачами воспитания и развития, окружающими условиями и соответствуют СанПиНам 1.2.3685-21.

В детском саду предусмотрено:

Начало учебного года с 01-го сентября текущего года

Конец учебного года до 31 мая текущего года

Каникулы в 2021-2022 учебном году:

Зимние 01.01.2022г.-14.01.2022г.

Летние: 01.06.2022г.-31.08.2022г.

Режим работы (12ч.) ДОУ: с 7.00 до 19.00
Пятидневная учебная неделя

Режим дня для воспитанников группы кратковременного пребывания (3,5 ч.)
с 8.00 до 11.30
Пятидневная учебная неделя

Режим дня для детей с 3-7 лет: 7.00 – 19.00

Организация режима дня для воспитанников группы кратковременного пребывания осуществляется методом вливания в соответствии с возрастной группой.

Количество непосредственно образовательной деятельности в неделю и продолжительность их по времени во всех возрастных группах спланировано с учетом требований Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21:

Возрастные группы	Продолжительность НОД	Общая продолжительность
Разновозрастная группа: 2 младшая (3-4 года) / средняя (4-5 лет)	15 минут / 20 минут	30 минут в первой половине дня/ 40 минут в первой половине дня
средняя группа (4-5 лет)	20 минут	40 минут в первой половине дня
старшая группа (5-6 лет)	25 минут	50 минут в первой половине дня 25 минут во второй половине дня
подготовительная группа (6-7 лет)	30 минут	90 минут в первой половине дня

Максимально допустимое количество непосредственно образовательной деятельности в первой половине дня в разновозрастной группе (возраст 2-ой младшей и средней групп) и средней группе не превышает двух, а в старшей и подготовительной – трёх, продолжительность непосредственно образовательной деятельности в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. В середине непосредственно образовательной деятельности проводится физминутка, между непосредственно образовательной деятельностью организуются перерывы в течение 10 минут.

Режим дня для детей 3-4 лет: 7.00 – 19.00

- 7.00 – 8.00 Утренний прием детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое развитие) на открытом воздухе.
- 8.00 – 8.10 Утренняя гимнастика.
- 8.10 – 8.30 Игры (самостоятельная деятельность детей). Подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры.
- 8.30 – 9.00 Завтрак.
- 9.00 – 10.00 *Непосредственно образовательная деятельность- занятия (общая длительность, включая перерыв) / Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Прогулка. Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей).
- 10.00 – 10.20 Второй завтрак.
- 10.20 – 11.30 Прогулка. Игры и проекты на открытом воздухе. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки.
- 11.30 – 12.00 Подготовка к обеду, дежурство, обед. Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.
- 12.00 – 15.00 Дневной сон.
- 15.00 – 15.10 Постепенный подъём, гимнастика – «побудка», закаливающие (дыхательная гимнастика, воздушные, водные), гигиенические процедуры.
- 15.10 – 15.30 Полдник. Подготовка к прогулке.
- 15.30– 16.40 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое воспитание). Итоговое мероприятие, развлечение (по пятницам).
- Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности, театрализация, кукольный театр и общение по интересам и выбору детей.
- 16.40 – 17.00 Подготовка к ужину. Ужин.
- 17.00– 19.00 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности по выбору. Уход домой.

Режим дня для детей 4 -5 лет: 7.00 – 19.00

- 7.00 – 8.00 Утренний прием детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое развитие) на открытом воздухе.
- 8.00 – 8.10 Утренняя гимнастика.
- 8.10 – 8.30 Игры (самостоятельная деятельность детей). Подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры.
- 8.30 – 9.00 Завтрак.
- 9.00 – 10.00 *Непосредственно образовательная деятельность – занятия (общая длительность, включая перерыв) / Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей). Прогулка.
- 10.00 – 10.20 Второй завтрак.
- 10.20 – 12.00 Прогулка. Игры и проекты на открытом воздухе. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки.
- 12.00 – 12.30 Подготовка к обеду, дежурство, обед. Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.
- 12.30 – 15.00 Дневной сон.
- 15.00 – 15.10 Постепенный подъём, гимнастика – «побудка», закаливающие (дыхательная гимнастика, воздушные, водные), гигиенические процедуры.
- 15.10 – 15.20 Полдник. Подготовка к прогулке.
- 15.20– 16.40 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры,

индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое воспитание). Итоговое мероприятие, развлечение (по пятницам).

Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности, театрализация, кукольный театр и общение по интересам и выбору детей.

16.40 – 17.00 Подготовка к ужину. Ужин.

17.00– 19.00 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности по выбору. Уход домой.

Режим дня для детей 5-6 лет: 7.00 – 19.00

7. 00 – 8.00 Утренний прием детей , образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое развитие) на открытом воздухе.

8.00 – 8.10 Утренняя гимнастика.

8.10 - 8.30 Игры (самостоятельная деятельность детей). Подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры.

8.30 – 9.00 Завтрак.

9.00 – 10. 00 *Непосредственно образовательная деятельность - занятия (общая длительность, включая перерыв) / Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей).

10.00 – 10.20 Второй завтрак.

10.20 - 12.00 Прогулка. Игры и проекты на открытом воздухе. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки.

12.00 - 12.30 Подготовка к обеду, дежурство, обед. Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.

12.30 – 15.00 Дневной сон. Релаксирующая гимнастика перед сном, криомассаж.

15.00 – 15.10 Постепенный подъём, гимнастика – «побудка», закаливающие (дыхательная гимнастика, воздушные, водные), гигиенические процедуры.

15.10 - 15.20 Полдник.

15.20-15.45 *Непосредственно образовательная деятельность (занятия)/ Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей).

15.45– 16.40 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое воспитание). Итоговое мероприятие, развлечение (по пятницам).

Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности, театрализация, кукольный театр и общение по интересам и выбору детей.

16.40 – 17.00 Подготовка к ужину. Ужин.

17.00– 19.00 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности по выбору. Уход домой.

Режим дня для детей 6-7 лет: 7.00 – 19.00

7. 00 – 8.00 Утренний прием детей , образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое развитие) на открытом воздухе.

8.00 – 8.10 Утренняя гимнастика.

8.10 - 8.30 Игры (самостоятельная деятельность детей). Подготовка к завтраку, дежурство, гигиенические процедуры.

8.30 – 9.00 Завтрак.

9.00 – 10. 00 Непосредственно образовательная деятельность - занятия (общая длительность, включая перерыв) / Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей).

10.10 – 10.20 Второй завтрак.

10.20 – 11.00 *Непосредственно образовательная деятельность - занятия (общая длительность, включая перерыв) / Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность). Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей). Прогулка.

11.00 - 12.00 Прогулка. Игры и проекты на открытом воздухе. Прогулка (наблюдения, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам), возвращение с прогулки.

12.00 – 12.30 Подготовка к обеду, дежурство, обед. Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.

12.30 – 15.00 Дневной сон. Релаксирующая гимнастика перед сном, криомассаж.

15.00 – 15.10 Постепенный подъём, гимнастика – «побудка», закаливающие (дыхательная гимнастика, воздушные, водные), гигиенические процедуры.

15.10 - 15.20 Полдник.

15.20-15.40 Образовательная деятельность по выбору детей (совместная деятельность).

Прогулка. Игры на открытом воздухе (самостоятельная деятельность детей).

15.40– 16.40 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Образовательная деятельность в режимных моментах (игры, самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, физическое воспитание). Итоговое мероприятие, развлечение (по пятницам).

Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности, театрализация, кукольный театр и общение по интересам и выбору детей.

16.40 – 17.00 Подготовка к ужину. Ужин.

17.00– 19.00 Прогулка. Игры на открытом воздухе. Самостоятельная деятельность детей в центрах активности по выбору. Уход домой.

*Непосредственно образовательная деятельность - занятия (общая длительность, включая перерыв) в период каникул: зимних (01.01.202г.-14.01.2022г.) и летних (01.06.2022г.-31.08.2022г.) не проводится.