

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Факельский детский сад третьей категории**

Принято
31.08.2023 г
Протокол педагогического
совета №1

Утверждено
Приказ №61 от 31.08.2023г

С учетом мотивированного
мнения родителей
31.08.2023г протокол Совета
родителей №1



Заведующий
В.Л.Брусницына

Режим и распорядок дня в дошкольных группах

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Режим питания регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20, с учетом длительности пребывания детей в ДООУ 10,5 ч.

Режим дня на холодный период года

Режимные моменты	Группа раннего	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительный
------------------	----------------	----------------	----------------	----------------	------------------

	возраста				ая к школе группа
Приём детей, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия-2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин.)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00-10.20	9.00 – 10.50
Второй завтрак	9.10 – 9.40	9.50 -10.20	9.50 -10.20	10.20-10.50	10.50-11.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 – 12.00	10.20-12.00	10.20 – 12.00	10.50 – 12.00	11.20 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 16.00	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.00 – 16.30	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 15.50
Занятия	16.30 - 16.40	-	-	16.50 – 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40 – 17.20	16.00 – 16.40	16.00 – 16.40	16.25 – 16.50	
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20-18.00	16.40 – 18.00	16.40-18.00	16.50 – 18.00	15.50 – 18.00

Режим дня на теплый период года

Режимные моменты	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
------------------	-------------------------	----------------	----------------	----------------	---------------------------------

Приём детей, игры, дежурство, утренняя гимнастика	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20	7.30 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия-2 мин, перерывы между занятиями не менее 10 мин.)	9.00 – 9.10	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00-10.20	9.00 – 10.50
Второй завтрак	9.10 – 9.40	9.50 -10.20	9.50 -10.20	10.20-10.50	10.50-11.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 – 12.00	10.20-12.00	10.20 – 12.00	10.50 – 12.00	11.20 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 16.00	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.00 – 16.30	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 15.50
Занятия	16.30 - 16.40	-	-	16.50 – 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40 – 17.20	16.00 – 16.40	16.00 – 16.40	16.25 – 16.50	
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20-18.00	16.40 – 18.00	16.40-18.00	16.50 – 18.00	15.50 – 18.00

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня в ДОУ соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.