

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 18 «Журавлик»

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБДОУ «Детский сад № 18  
«Журавлик» (протокол от 28.08.2023 №  
1)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБДОУ «Детский сад № 18  
«Журавлик»  
от 28.08.2023 № 120/3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 18b24091c6e199916e122fde6ed2e125a500f8b5  
Владелец: Муртазина Гузаль Рафисовна  
Действителен: с 06.06.2023 по 06.09.2024

**Режим дня групп раннего и дошкольного возраста общеразвивающей и  
комбинированной направленности МБДОУ «Детский сад «Журавлик» на  
2023-2024 учебный год**

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

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

*Основными компонентами режима в ДОО являются:* сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена.

Режим дня гибкий, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

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

Режим дня строится с учётом 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°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

**ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОО**

(ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД)

Режим дня	1 младшая группа	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная группа
Приём, осмотр, игры, двигательная активность	7:00–8:00	7:00–8:00	7:00–8:00	7:00–8:10	7:00–8:20

Утренняя гимнастика	800-805	800-810	800-815	805-815	820-835
Подготовка к завтраку, завтрак	810-830	810-830	810-830	820-840	830-840
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к образовательной деятельности	830-900	830-900	830-900	840-900	840-900
Занятия, включая перерыв на игровую деятельность и 2 завтрак.	9.00-9.50 (45мин=2 подгруппы по10 мин+перерыв)	9.00-10.00 (60 мин = 2 подгруппы по15 мин+перерыв )	9.00-10.20 (1 час 10 минут = 2 подгруппы по 20мин+перерыв)	9.00-10.50 (1час 50 мин=2подгруппы по 30 мин + перерыв)	9.10-11.00 (1час 50 мин=2подгруппы по 30 мин + перерыв)
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	950-11.15	10.10-11.25	10.10-11.35	10.20-11.55	11.00-12.25
Ритуал ежедневного чтения. Минутка здоровья.	11.10-11.25	11.25-11.40	11.35-11.50	11.55-12.10	12.25-12.45
Подготовка к обеду. Обед.	11.25-12.00	11.40-12.10	11.50-12.15	12.10-12.35	12.45-13.00
Подготовка ко сну. Сон	12.00-15.00 (3часа)	12.30-15.00 (2часа 30 мин)	12.30-15.00 (2часа 30 мин)	12.35-15.05 (2часа 30 мин)	13.05-15.35 (2часа 30 мин)
Постепенный подъем. Оздоровительные, гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность.	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.05-15.25	15.35-15.55
Групповая, подгрупповая, непосредственно образовательная деятельность с детьми. Кружки.	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-16.10	15.25-16.15	16.00-16.40
«Уплотненный» полдник»	15.35-15.50	15.35-15.50	16.00-16.20	16.15-16.35	16.40-16.55
Вечерний сбор. Групповая, подгрупповая, непосредственно образовательная деятельность с детьми. Кружки.	16.20-16.50	16.20-17.00	16.20-17.00	16.35-17.00	16.55-17.25
Игры, труд, самостоятельная деятельность, игры с детьми по интересам или прогулка. Уход детей домой.	16.50-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.25-19.00

**ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОУ  
(ТЁПЛЫЙ ПЕРИОД)**

Режим дня	1 младшая группа	младшая группа	средняя группа	старшая группа	Подготовительная группа
Утренний приём, двигательная активность, игры, утренняя гимнастика	7.00-7.55	7.00-7.55	7.00-7.55	7.00-8.10	7.00-8.10
Подготовка к завтраку,	7.55-8.00	7.55-8.00	7.55-8.00	8.10-8.20	8.10-8.20

гигиенические процедуры					
Свободная самостоятельная игровая деятельность	8.25-09.00	8.25-09.00	8.25-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Организованная совместная деятельность ( на улице)	09.00-09.40	09.00-09.40	09.00-09.55	09.00-10.00	09.00-10.00
Второй завтрак	09.40-10.00	09.40-10.00	9.55-10.10	10.10-10.25	10.10-10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность	10.00-11.30	10.00-11.30	10.10-11.50	10.25-12.05	10.25-12.05
Подготовка к обеду, гигиенические закаливающие процедуры	11.30-11.40	11.30-11.40	11.50-11.55	12.05-12.15	12.05-12.15
Обед	11.40-12.00	11.40-12.00	11.55-12.15	12.15-12.35	12.15-12.35
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.15-15.00	12.35-15.30	12.35-15.30
Подъем, взбадривающая гимнастика, гигиенические закаливающие процедуры	15.00-15.05	15.00-15.15	15.00-15.15	15.30-15.30	15.30-15.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная игровая и познавательная деятельность.	15.25-16.25	15.25-16.25	15.25-16.45	15.30-17.00	15.30-17.00
Подготовка к уплотненному полднику, гигиенические процедуры	16.25-16.35	16.25-16.50	16.45-16.50	17.00-17.05	17.00-17.05
Уплотненный полдник	16.35-16.55	16.35-16.55	16.50-17.10	17.05-17.25	17.05-17.25

Подготовка к прогулке, прогулка, игры, двигательная активность, самостоятельная деятельность, уход домой	16.55-19.00	16.55-19.00	17.10-19.00	17.25-19.00	17.25-19.00
----------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

