

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 80»
456219, РОССИЯ, Челябинская область, г. Златоуст 3 линия дом 7А
тел: 8(3513) 65-26-32
ИНН/КПП 7404012710/740401001

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
«20» 08 2023 г.



Утверждено:
Заведующий МАДОУ ДС № 80
Лундовских В.Н./
Приказ № 87 «20» 08 2023 г.

РЕЖИМ ДНЯ МАДОУ ДС № 80
на 2023 – 2024 учебный год

Златоуст – 2023 г.

РЕЖИМ ДНЯ.

Режим дня установлен с учётом времени пребывания детей в группе, а также действующих

- СанПин 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2);

- СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28);

Режим дня включает:

- Приём пищи.

Питание детей организовано в помещении группы и включает: завтрак, обед, полдник, ужин.

- Прогулка.

Её продолжительность составляет не менее 3 – 4 часов. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. В зависимости от предыдущего занятия и погодных условий, изменяется и последовательность разных видов деятельности детей на прогулке. Так, если в холодное время дети находились на занятии, требующем больших умственных усилий, усидчивости, на прогулке необходимо вначале провести подвижные игры, пробежки, а затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки проводилось физкультурное или музыкальное занятие, то начинают с наблюдений, спокойных игр.

- Дневной сон.

Продолжительность дневного сна дошкольников (4 – 7 лет) составляет 2,5 часа, детей 1,5 – 3 лет – 3 часа.

Самостоятельную деятельность детей. Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов.

- Непосредственно образовательную деятельность.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 1,5 – 3 лет – не более 10 минут, 3 – 4-го года жизни – не более 15 минут, для детей 5-го года жизни – не более 20 минут, для детей 6-го года жизни – не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни – не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется не менее 3 раз в неделю.

Один раз в неделю для детей 5 – 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Эти занятия проводят только при отсутствии у детей

медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Если погодные условия не позволяют провести непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию на улице, занятие организуется в зале.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

В летний период организуется непосредственно-образовательная деятельность физкультурно-оздоровительной и художественно-эстетической направленности.

Увеличивается продолжительность прогулок.

Оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразное сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования способствуют правильной организации режима в дошкольном учреждении. Ежедневная организация жизни и деятельности детей в дошкольном учреждении осуществляется с учётом построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Деятельность детей организуется по режиму, соответствующему конкретной возрастной группе, с учётом сезона (холодный и тёплый период года).

Холодный период:

- с первого сентября по тридцать первое мая
- тёплый период – с первого июня по тридцать первое августа.

Учреждение обеспечивает сбалансированный режим, рациональную организацию всех видов детской деятельности.

Режим дня для детей группы раннего возраста 1.5 – 3 лет.

(холодный период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.30 – 9.00
5.	Непосредственно – образовательная деятельность	9.00 – 9.30
6.	Самостоятельная деятельность детей	9.30 – 9.40
7.	Второй завтрак	9.40 – 9.50
8.	Подготовка к прогулке, прогулка	9.50 – 11.20
9.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.20 – 11.40
10.	Обед	11.40 – 12.00
11.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00
12.	Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
13.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
14.	Непосредственно – образовательная деятельность	15.25 – 15.55
15.	Самостоятельная деятельность детей	15.55 – 16.20
16.	Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40
17.	Совместная деятельность (игры, общение и деятельность по интересам)	16.40 – 17.00
18.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

Режим дня для детей раннего возраста 1,5 – 3 года

(теплый период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение	7.00 – 8.10
2.	Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00
5.	Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 – 11.20
6.	Подготовка к обеду, обед	11.20 – 11.50
7.	Подготовка ко сну	11.50 – 12.00
8.	Дневной сон	12.00 – 15.00
9.	Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
10.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30
11.	Самостоятельная деятельность детей	15.30 – 16.20
12.	Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.45
13.	Подготовка к прогулке	16.45 – 17.00
14.	Прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

Режим дня для детей второй младшей группы (3 – 4 года)

(холодный период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение	7.00 - 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.30 – 9.00
5.	Непосредственно – образовательная деятельность	9.00 – 9.50
6.	Второй завтрак	9.50 – 10.00
7.	Подготовка к прогулке, прогулка	10.00 – 11.30
8.	Возвращение с прогулки	11.30 – 11.45
9.	Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.00
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
13.	Совместная деятельность детей	15.25 – 16.10
14.	Подготовка к ужину, ужин	16.10 – 16.30
15.	Самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.10
16.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.10 – 19.00

Режим дня для детей второй младшей группы (3 – 4 года)

(теплый период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение	7.00 - 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30
4.	Самостоятельная деятельность детей, игры	8.30 – 9.20
5..	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	9.20 – 11.40
6.	Возвращение с прогулки	11.40 – 11.45
7.	Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.00
8.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00
9.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
10.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
11.	Совместная деятельность детей	15.25 – 16.10
12.	Подготовка к ужину, ужин	16.10 – 16.30
13.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30 – 19.00

Режим дня для детей средней группы (4 – 5 лет)

(холодный период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение	7.00 - 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.15 – 8.25
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.40
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00
5.	Непосредственно – образовательная деятельность	9.00 – 10.00
6.	Второй завтрак	10.00 – 10.10
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	10.10 – 12.00
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.00 – 12.10
9.	Обед	12.10 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
13.	Совместная деятельность детей	15.25 – 16.20
14.	Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40
15.	Самостоятельная деятельность детей	16.40 – 17.15
16.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.15 – 19.00

Режим дня для детей средней группы (4 – 5 лет)

(теплый период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение	7.00 - 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.15 – 8.25
3.	Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры), завтрак	8.25 – 8.40
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.10
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	9.10 – 12.00
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.00 – 12.10
9.	Обед	12.10 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
13.	Совместная деятельность детей	15.25 – 16.20
14.	Подготовка к ужину, ужин	16.20 – 16.40
16.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка, уход домой	16.40 – 19.00

Режим дня для детей старшей группы (5 – 6 лет)

(холодный период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 8.30
2.	Утренняя гимнастика	8.30 – 8.40
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 8.55
4.	Подготовка к НОД	8.55 – 9.00
5.	Непосредственно – образовательная деятельность	9.00 – 10.10
6.	Второй завтрак	10.10 – 10.15
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	10.15 – 12.10
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.10 – 12.20
9.	Обед	12.20 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
13.	Непосредственно – образовательная деятельность	15.25 – 15.50
14.	Самостоятельная деятельность детей	15.50 – 16.40
15.	Подготовка к ужину, ужин	16.40 – 17.00
16.	Самостоятельная деятельность детей	17.00 – 17.20
17.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20 – 19.00

Режим дня для детей старшей группы (5 – 6 лет)

(теплый период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 8.30
2.	Утренняя гимнастика	8.30 – 8.40
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 8.55
5.	Самостоятельная деятельность детей	8.55 – 9.30
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	9.30 – 12.10
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.10 – 12.20
9.	Обед	12.20 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику (гигиенические процедуры), полдник	15.15 – 15.25
14.	Подготовка к прогулке, прогулка	15.25 – 16.40
15.	Подготовка к ужину, ужин	16.40 – 17.00
16.	Самостоятельная деятельность детей	17.00 – 17.20
17.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20 – 19.00

Режим дня для детей подготовительной группы (6 – 7 лет)

(холодный период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 7.45 7.55 – 8.30
2.	Утренняя гимнастика	7.45 – 7.55
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45
4.	Подготовка к НОД	8.45 – 9.00
5.	Непосредственно – образовательная деятельность	9.00 – 10.40
6.	Второй завтрак	10.10 – 10.15
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	10.40 – 12.10
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.10 – 12.20
9.	Обед	12.20 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
13.	Непосредственно – образовательная деятельность	15.25 – 15.55
14.	Самостоятельная деятельность детей	15.55 – 16.25
15.	Подготовка к ужину, ужин	16.25 – 16.45
16.	Самостоятельная деятельность детей	16.45 – 17.20

17.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.20 – 19.00
-----	---	---------------

Режим дня для детей подготовительной группы (6 – 7 лет)

(теплый период)

№ п/п	Режимные моменты	Время
1.	Утренний прием, осмотр, игры, общение, самостоятельная деятельность детей	7.00 - 7.45 7.55 – 8.30
2.	Утренняя гимнастика	7.45 – 7.55
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45
4.	Самостоятельная деятельность детей	8.45 – 9.30
7.	Подготовка к прогулке (гигиенические процедуры), прогулка	9.30 – 12.10
8.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (гигиенические процедуры)	12.10 – 12.20
9.	Обед	12.20 – 12.30
10.	Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00
11.	Постепенный сон, гимнастика после сна	15.00 – 15.15
12.	Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25
	Прогулка, самостоятельная деятельность	15.25 – 16.25
15.	Подготовка к ужину, ужин	16.25 – 16.45
16.	Самостоятельная деятельность детей	16.45 – 17.00
17.	Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 – 19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 549370273753219779670299598801045529053553764309

Владелец Лундовских Вера Николаевна

Действителен с 04.09.2023 по 03.09.2024