

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

«Детский сад №10 «Кораблик»
Н.Б. Соколова

Приказ № 040/08
2018г



РЕЖИМ ДНЯ

МБДОУ «Детский сад №10 «Кораблик»

на 2018-2019 учебный год

Организация режима дня в 1 младшей группе (2-3 года)

Режимные моменты	Временной промежуток	Примечания (в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 от 15 мая 2013 г.№26)
<ul style="list-style-type: none"> - Утренний прием - Завтрак - Игры - Общая длительность образовательной деятельности в 1 половине дня - Активное бодрствование - Второй завтрак - Подготовка к прогулке, прогулка - Подготовка к обеду, обед - Дневной сон - Воздушные ванны, гигиенические процедуры - Полдник - Образовательная деятельность во 2 половине дня - Активное бодрствование - Ужин - Прогулка, уход домой 	<ul style="list-style-type: none"> 7,00-8,00 8,20-8,50 8,50-9,00 9,00-9,10 - 9,10 -9.20 9,20-9.35 9.35-9.55 9.55 -11,20 11,20-12,00 12,00-15,00 15,00-15,15 15,15-15,30 15,30-15,40 15,40-16,20 16.20-16,40 16,40-19,00 	<p>Организация режима пребывания детей в ДООУ соответствует возрастным особенностям и способствует их гармоничному развитию.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так, общая продолжительность суточного сна детей 2-3 лет - 12 – 12,5 часов, из которых не менее 3 часов отводится дневному сну. <p>Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 - 4 часов (в зависимости от погодных условий) и организуется дважды 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.</p> <p>Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет.</p> <p>Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. • В теплое время года образовательная деятельность осуществляется во время прогулки.

Организация режима дня в 2 младшей группе (3-4 года).

Режимные моменты	Временной промежуток	Примечания (в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 от 15 мая 2013 г.№26)
- Утренний прием - Завтрак - Игры - Общая длительность образовательной деятельности в 1 половине дня (с перерывами) - Активное бодрствование - Второй завтрак - Подготовка к прогулке, прогулка - Подготовка к обеду, обед - Дневной сон - Воздушные ванны, гигиенические процедуры - Полдник - Образовательная деятельность во 2 половине дня - Активное бодрствование - Ужин - Прогулка, уход домой	7,00-8,00 8,20-8.50 8,50-9,00 9,00-9,50 9,50-10,00 10,00-10,10 10,10-11,30 11,30-12,00 12,00-15,00 15,00-15,15 15,15-15,30 15,30-15,45 15,45-16,20 16,20-16,35 16,35 -19,00	<p style="text-align: center;">Организация режима пребывания детей в ДООУ соответствует возрастным особенностям и способствует их гармоничному развитию.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так, общая продолжительность суточного сна детей 2-3 лет - 12 – 12,5 часов, из которых не менее 3 часов отводится дневному сну. <p>Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 - 4 часов (в зависимости от погодных условий) и организуется дважды 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.</p> <p>Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет.</p> <p>Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. • В теплое время года образовательная деятельность осуществляется во время прогулки.

Организация режима дня в средней группе (4-5 лет)

Режимные моменты	Временной промежуток	Примечания (в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 от 15 мая 2013 г.№26)
- Утренний прием	7,00-8,00	<p>Организация режима пребывания детей в ДООУ соответствует возрастным особенностям и способствует их гармоничному развитию.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так, максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 4-5 лет составляет 5,5-6 часов. • Общая продолжительность суточного сна - 12 – 12,5 часов, из которых 2,0 – 2,5 отводится дневному сну. • Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 - 4 часов (в зависимости от времени года и погодных условий) и организуется дважды в день. <p>При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.</p> <p>Для детей 5 лет прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.</p> <p>Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельная деятельность детей 4-5 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. <p>В теплое время года образовательная деятельность осуществляется во время прогулки. Продолжительность прогулки максимально увеличивается, игры, физические упражнения и отдельные виды обр-дея-сти проводятся на свежем воздухе.</p>
- Подготовка к завтраку, завтрак	8,20-8.50	
- Игры, подготовка к образовательной деятельности	8,50-9,00	
- Общая длительность непосредственно образовательной деятельности в 1 половине дня (с перерывами)	9,00-9,50	
- Активное бодрствование	9,50-10,00	
- Второй завтрак	10.00-10.10	
- Подготовка к прогулке, прогулка	10,10-11,40	
- Подготовка к обеду, обед	11,40-12,00	
- Дневной сон	12,00-15,00	
- Воздушные ванны, гигиенические процедуры	15,00-15,10	
- Полдник	15,10-15,30	
- Образовательная деятельность во 2 половине дня	15,30-15,50	
- Активное бодрствование	15,50-16,25	
- Ужин	16,25-16,45	
- Прогулка, уход домой	16,45 -19,00	

* Возможны некоторые изменения в последовательности проведения или длительности отдельных видов деятельности детей в течение дня. При этом обязательно сохраняются основные принципы построения режима: достаточная длительность пребывания детей на свежем воздухе, полноценный сон, чередование умственных и физических нагрузок, регулярное питание.

Организация режима дня в старшей группе (5-6 лет)

Режимные моменты	Временной промежуток	Примечания (в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 от 15 мая 2013 г.№26)
- Утренний прием	7,00-8,00	<p>Организация режима пребывания детей в ДООУ соответствует возрастным особенностям и способствует их гармоничному развитию.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так, максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 5-6 лет составляет 5,5-6 часов. • Общая продолжительность суточного сна - 12 – 12,5 часов, из которых 2,0 – 2,5 отводится дневному сну. • Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 - 4 часов (в зависимости от времени года и погодных условий) и организуется дважды в день. <p>При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.</p> <p>Для детей 5 - 6 лет прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.</p> <p>Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельная деятельность детей 5-6 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. <p>В теплое время года образовательная деятельность осуществляется во время прогулки. Продолжительность прогулки максимально увеличивается, игры, физические упражнения и отдельные виды обр.дея-сти проводятся на свежем воздухе.</p>
- Подготовка к завтраку, завтрак	8,25-8,50	
- Игры, подготовка к образовательной деятельности	8,50-9,00	
- Общая длительность образовательной деятельности в 1 половине дня (с перерывами)	9,00-11,00	
- Второй завтрак	10,00-10,10	
- Подготовка к прогулке, прогулка	11,00-12,00	
- Подготовка к обеду, обед	12,00-12,25	
- Дневной сон	12,25-15,00	
- Воздушные ванны, гигиенические процедуры	15,00-15,10	
- Полдник	15,10-15,20	
- Образовательная деятельность во 2 половине дня	15,30-15,55	
- Активное бодрствование	15,55-16,30	
- Ужин	16,30-16,45	
- Прогулка, уход домой	16,45 -19,00	

* Возможны некоторые изменения в последовательности проведения или длительности отдельных видов деятельности детей в течение дня. При этом обязательно сохраняются основные принципы построения режима: достаточная длительность пребывания детей на свежем воздухе, полноценный сон, чередование умственных и физических нагрузок, регулярное питание.

Организация режима дня в подготовительной группе (6-7 лет).

Режимные моменты	Временной промежуток	Примечания (в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049 -13 от 15 мая 2013 г.№26)
- Утренний прием	7,00-8,00	<p>Организация режима пребывания детей в ДООУ соответствует возрастным особенностям и способствует их гармоничному развитию.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Так, максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 6-7 лет составляет 5,5-6 часов. • Общая продолжительность суточного сна - 12 – 12,5 часов, из которых 2,0 – 2,5 отводится дневному сну. • Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 - 4 часов (в зависимости от времени года и погодных условий) и организуется дважды в день. <p>При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.</p> <p>Для детей 6 - 7 лет прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с.</p> <p>Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДООУ.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельная деятельность детей 6-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов. <p>В теплое время года образовательная деятельность осуществляется во время прогулки. Продолжительность прогулки максимально увеличивается, игры, физические упражнения и отдельные виды образовательной деятельности проводятся на свежем воздухе.</p>
- Подготовка к завтраку, завтрак	8,35-8,50	
- Игры, подготовка к образовательной деятельности	8,50-9,00	
- Общая длительность образовательной деятельности в 1 половине дня	9,00-11,00	
- Второй завтрак	10,00-10,10	
- Подготовка к прогулке, прогулка	11,00-12,10	
- Подготовка к обеду, обед	12,10-12,30	
- Дневной сон	12,30-15,00	
- Воздушные ванны, гигиенические процедуры	15,00-15,10	
- Полдник	15,10-15,20	
- Образовательная деятельность во 2 половине дня	15,30-16,00	
- Активное бодрствование	16,00-16,30	
- Ужин	16,30-16,45	
- Прогулка, уход домой	16,45 -19,00	

** Возможны некоторые изменения в последовательности проведения или длительности отдельных видов деятельности детей в течение дня. При этом обязательно сохраняются основные принципы построения режима: достаточная длительность пребывания детей на свежем воздухе, полноценный сон, чередование умственных и физических нагрузок, регулярное питание.*