



Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом действующих санитарно-эпидемиологических требований. Продолжительность дневной суммарной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20, режим питания регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Режим дня в дошкольных группах

| Содержание | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
|---|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <i>Первый период</i> | | | | |
| Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30* |
| Завтрак (КГН, подготовка к завтраку, дежурство) | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 |
| Игры, подготовка к занятиям. Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 9.00-10.00 | 9.00-10.05 | 9.00-10.00 | 9.00-10.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка возвращение с прогулки (на прогулке - самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.) | 10.00-12.00 | 10.05-12.00 | 10.00-12.00 | 10.50-12.00 |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Обед (КГН, подготовка к обеду, дежурство) | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Полдник (КГН, подготовка к полднику, дежурство) | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Занятия (при необходимости) | - | - | 16.00-16.25 | - |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.00-17.00 | 16.00-16.50 | 16.25-17.00 | 16.00-16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.) Уход домой | 17.00-18.00 | 16.50-18.00 | 17.00-18.00 | 16.40-18.00 |

| Содержание | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
|---|----------|---------|---------|---------|
| * Утренний приём детей 6-7 лет проводится на свежем воздухе | | | | |

| Содержание | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|
| <i>Второй период</i> | | | | |
| Утренний прием детей(приём детей на улице), игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут) | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 |
| Завтрак (КГН, подготовка к завтраку, дежурство) | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 | 8.30-9.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 9.00-9.20 | 9.00-9.15 | 9.00-9.15 | - |
| Подготовка к прогулке, прогулка занятия на прогулке, возвращение с прогулки (на прогулке - самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.) | 9.20-12.00 | 9.15-12.00 | 9.15-12.00 | 9.00-12.00 |
| Второй завтрак | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 | 10.30-11.00 |
| Обед (КГН, подготовка к обеду, дежурство) | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 | 12.00-13.00 |
| Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 | 13.00-15.30 |
| Полдник (КГН, подготовка к полднику, дежурство) | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 | 15.30-16.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей. | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.). Уход домой | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 |

**Режим дня в группе кратковременного пребывания
(первый, второй периоды)**

| Содержание | 2-3 года |
|--|-------------|
| Прием детей*, самостоятельная деятельность детей, игра педагога с парами, небольшими подгруппами или индивидуально | 15.00-15.20 |
| Организованная и проведение образовательная деятельность Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) | 15.20-15.40 |
| Самостоятельная деятельность, игра, подготовка к прогулке. | 15.40-16.15 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой | 16.15-18.00 |
| Прием детей*, в летний период осуществляется на улице) | |

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

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и т. д.)

Согласно п. 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий (при необходимости), гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей;
- 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). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в спортивном зале.

За счет гибкой структуры описанный распорядок дня позволяет обеспечить «поточность» и плавный переход от одних режимных моментов к другим. Контроль за выполнением режимов дня в ДОО осуществляют: заведующий, старший воспитатель, старшая медицинская сестра, педагоги, родители (законные представители).

