

Режим и распорядок дня

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 группе детей от 1,5-х до 3-х лет (выписка из ОП ДО МБДОУ ДС ОВ № 42 ст. Северской)

Содержание	Время
<i>Первый период реализации Программы</i>	
Прием детей, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00
Игры, подготовка к занятиям	09.00 - 09.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.30 - 09.40 09.50 - 10.00
Подготовка к прогулке, прогулка,	10.00 – 11.30
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	10.30 - 11.00
Возвращение с прогулки, игры	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.30

Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.00 - 17.30
<i>Второй период реализации Программы</i>	
Прием детей на улице, осмотр, спокойные игры, утренняя гимнастика	07.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	09.00 - 09.30
Игры, воздушные и солнечные процедуры, занятия игровой форме по подгруппам на прогулке	09.30 - 11.30 09.40 - 09.50 10.00 - 10.10
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры	11.30 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 - 15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.30 - 16.00
Полдник	16.00 - 16.30
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30 - 17.30

**Режим дня в группах общеразвивающей направленности
(выписка из ОП ДО МБДОУ ДС ОВ № 42 ст. Северской)**

Содержание	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
-------------------	-------------------	------------------	------------------	------------------

Первый период реализации Программы

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.00 - 08.30	07.00 - 08.30	07.00 - 8.30	07.00-08.30*
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00
Игры, подготовка к занятиям Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	09.00 - 10.00	09.00 - 10.05	09.00 - 10.00	09.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (на прогулке – самостоятельная деятельность, организация двигательной деятельности и 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
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	16.00 - 16.25	-

Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.) Уход домой	16.00 - 17.30	16.00 - 17.30	16.25-17.30	16.00 - 17.30
*Утренний приём детей 6 - 7 лет проводится на свежем воздухе				
<i>Второй период реализации Программы</i>				
Утренний прием детей на улице, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.00 - 08.30	07.00 - 08.30	07.00 - 08.30	7.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность	09.00 - 09.20	09.00 - 09.15	09.00 - 09.15	-
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки, водные процедуры	09.20 - 12.00	09.15 - 12.00	09.15 - 12.00	09.00 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к обеду, обед	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

Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, прогулка, уход домой	16.00 - 17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30

**Режим дня в группах компенсирующей направленности
(выписка из АОО ДО МБДОУ ДС ОВ № 42 ст. Северской)**

Содержание	5 - 6 лет	6 - 7 лет
<i>Первый, второй период реализации Программы</i>		
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.00 - 8.30	07.00 - 08.30*
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00
Игры, подготовка к занятиям Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 минут, гимнастику в процессе занятия -2 минуты)	09.00 - 10.00	09.00 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки (на прогулке – самостоятельная деятельность, организация двигательной деятельности и т.д.)	10.00 - 12.00	10.50 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Обед (КГН, подготовка к обеду, дежурство)	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

Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	16.00 - 16.25	-
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная детская деятельность, организация двигательной деятельности т.д.) Уход домой	16.25-17.30	16.00 - 17.30
*Утренний приём детей 6 - 7 лет проводится на свежем воздухе		
<i>Третий период реализации Программы</i>		
Утренний прием детей на улице, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	07.00 - 08.30	7.00 - 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность	09.00 - 09.15	-
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки, водные процедуры	09.15 - 12.00	09.00 - 12.00
Второй завтрак	10.30 - 11.00	10.30 - 11.00
Подготовка к обеду, обед	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
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00

Игры, самостоятельная деятельность детей, прогулка, уход домой	16.00 - 17.30	16.00 - 17.30
--	---------------	---------------

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.)