

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ № 10
 г.Невинномыска
 В.В. Банникова
 03.09.2018г

Режим дня для разных возрастных групп МБДОУ № 10 г. Невинномыска
 Режим работы групп МБДОУ: 12 часов (с 07.00. до 19.00. часов), пятидневная рабочая неделя.

(Режим выстроен в соответствии с требованиями СанПин 2.4.1.3049-13и ООП ДО) Режим жизнедеятельности детей в ДОУ разработан на основе:

Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УСТРОЙСТВУ, СОДЕРЖАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА РАБОТЫ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13). Комплексной общеобразовательной программы дошкольного образования «ДЕТСТВО» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Голоберидце, О.В. Солнцевой

Режим и распорядок дня устанавливается с учетом условий реализации программы МБДОУ, потребностей участников образовательных отношений, особенностей реализуемых вариативных образовательных программ, в т.ч. программ дополнительного образования дошкольников.

№ п/п	Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ					Физкультурно-оздоровительные мероприятия	Условные обозначения
		1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет		
1	Прием, осмотр, беседы о самочувствии детей, игры, КГН	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ (60 мин)	☺●○⊕@△◎	☒ - дыхательная гимнастика ⊕- оздоровительные процедуры @ - артикуляционная гимнастика ♪ - подвижные игры. □ - организованная деятельность ● - приём на воздухе ☺ - психологический
2.	Утренняя гимнастика	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	8 ¹⁰ -8 ¹⁵ (5 мин)	8 ¹⁰ -8 ¹⁷ (7 мин)	8 ⁰⁰ -8 ¹⁰ (10 мин)	8 ⁰⁰ -8 ¹⁰ (10 мин)	☺⊕☒Ω*	
3.	Самостоятельная деятельность детей	8 ¹⁵ -8 ²⁵ (10 мин)	8 ¹⁵ -8 ²⁵ (10 мин)	8 ¹⁷ -8 ³⁰ (13 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)	8 ²⁰ -8 ³⁰ (10 мин)	☺	
4.	Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8 ²⁵ -8 ³⁰ (25 мин)	8 ²⁵ -8 ⁴⁵ (20 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	8 ³⁰ -8 ⁴⁵ (15 мин)	∪○☺∩	
5.	Самостоятельная деятельность детей	8 ³⁰ -9 ⁰⁰ (10 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин.)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	8 ⁴⁵ -9 ⁰⁰ (15 мин)	☺	
6.	ЗАНЯТИЕ №1	9 ⁰⁰ -9 ¹⁰ (1 подгруппа) (10 мин)	9 ⁰⁰ -9 ¹⁵ (15 мин.)	9 ⁰⁰ -9 ²⁰ (20 мин)	9 ⁰⁰ -9 ²⁵ (25 мин)	9 ⁰⁰ -9 ³⁰ (30 мин)	☺ ☒	

7.	Самостоятельная деятельность детей (динамическая пауза)	9 ¹⁰ -9 ²⁰ (10 мин)	9 ¹⁵ -9 ²⁵ (10 мин)	9 ²⁰ -9 ³⁰ (10 мин)	9 ²⁵ -9 ³⁵ (10 мин)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин)	☺	<p>☰ - гимнастика после сна</p> <p>△ - самостоятельная двиг. деятельность</p> <p>◎ - воздушные ванны с упражнениями</p> <p>☼ - солнечные ванны</p> <p>Db - контрастное закаливание</p> <p>☞ - ходьба босиком</p> <p>∪ - умывание водой комнатной температуры</p> <p>∩ - полоскание рта водой</p> <p>* - упражнение на расслабление мышц брюшного пресса</p> <p>Ω - оздоровительный бег</p> <p>☒ - сон с доступом свежего воздуха -</p> <p>☞ - физминутки</p> <p>□ - прогулка в группе в холодную погоду</p> <p>○ - привитие КГН</p> <p>♠ - купание</p>
8.	ЗАНЯТИЕ №2	9 ²⁰ -9 ³⁰ (2 подгруппа) (10 мин)	9 ²⁵ -9 ⁴⁰ (15 мин)	9 ³⁰ -9 ⁵⁰ (20 мин)	9 ³⁵ -10 ⁵⁵ (20 мин)	9 ⁴⁰ -10 ¹⁰ (30 мин)	☺ ☞	
9.	Самостоятельная деятельность детей (подготовка к прогулке)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин) (1 подгруппа)	9 ⁴⁰ -9 ⁵⁰ (10 мин)	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)	10 ⁵⁵ -10 ¹⁰ (15 мин)	10 ²⁰ -10 ²⁰ (10 мин)	☺	
10.	Самостоятельная деятельность детей (подготовка к прогулке)	9 ³⁰ -9 ⁴⁰ (10 мин) (2 подгруппа)	9 ⁵⁰ -10 ⁰⁰ (10 мин)	10 ⁰⁰ -10 ¹⁰ (10 мин)	10 ¹⁰ -10 ²⁰ (10 мин)	10 ²⁰ -10 ²⁵ (5 мин)	○	
11.	ПРОГУЛКА Самостоятельная деятельность детей на прогулке	9 ⁴⁰ -11 ³⁰ (1 ч 50 мин)	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ (2 ч)	10 ¹⁰ -12 ¹⁰ (2 ч)	10 ²⁰ -12 ²⁰ (2 ч)	10 ²⁵ -12 ²⁵ (2 ч)	△☞☼☺◎☞□	
		45 мин	35 мин.	30 мин.	35 мин.	40 мин.		
12.	Возвращение с прогулки, (самостоятельная деятельность)	11 ²⁰ -11 ³⁰ (10 мин)	12 ⁰⁰ -12 ¹⁰ (10 мин)	12 ¹⁰ -12 ³⁰ (20 мин)	12 ²⁰ -12 ³⁵ (15 мин)	12 ²⁵ -12 ³⁵ (10 мин)	☺	
13.	Подготовка к обеду ОБЕД	11 ³⁰ -11 ⁵⁰ (20 мин)	12 ¹⁰ -12 ³⁵ (25 мин)	12 ³⁰ -12 ⁵⁰ (20 мин)	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)	12 ³⁵ -12 ⁵⁵ (20 мин)	∪ ○ ☺ ∩	
14.	Подготовка ко сну	11 ⁵⁰ -12 ⁰⁰ (10 мин)	12 ³⁵ -12 ⁵⁰ (15 мин)	12 ⁵⁰ -13 ⁰⁰ (10 мин)	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)	12 ⁵⁵ -13 ⁰⁰ (5 мин)	☺ ∪ ∩	
15.	СОН	12 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (3 ч.)	12 ⁵⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч 10 мин)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч.)	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ (2 ч.)	☺ ☒	
16.	Подъем; гимнастика пробуждения, игры, Самостоятельная деятельность детей	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	15 ⁰⁰ -15 ¹⁵ (15 мин)	☺ ☞ ○ Db	
17.	Подготовка к полднику ПОЛДНИК Самостоятельная деятельность детей	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	15 ¹⁵ -15 ³⁰ (15 мин)	∪ ○ ☺ ∩	
18.	ЗАНЯТИЕ №3	15 ³⁰ -15 ⁴⁰ (1 подгруппа) (10 мин)	-	-	15 ³⁰ -16 ⁰⁰ (25 мин)	15 ³⁰ -16 ⁰⁵ (30 мин)	☺ ☞	
		15 ⁵⁰ -16 ⁰⁰ (2 подгруппа) (10 мин)						

19.	Самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность, игры	16. ⁰⁰ -16 ⁴⁰ (10 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁵ (25 мин)	15 ³⁰ -15 ⁵⁵ (25 мин)	16 ⁰⁰ -16 ⁴⁵ (45 мин)	16 ⁰⁵ -16 ⁴⁵ (40 мин)	☺	
20	Подготовка к ужину УЖИН	16 ⁴⁰ -17 ⁰⁰ (20 мин)	16 ⁴⁵ -17 ⁰⁰ (15 мин)	16 ⁴⁵ -17 ⁰⁰ (15 мин)	16 ⁴⁵ -17 ⁰⁰ (15 мин)	16 ⁴⁵ -17 ⁰⁰ (15 мин)	∪○○∩	
21	Самостоятельная деятельность детей, игры	17 ⁰⁰ -17 ¹⁰ (10 мин)	17 ⁰⁰ -17 ¹⁰ (10 мин)	17 ⁰⁰ -17 ¹⁰ (10 мин)	17 ⁰⁰ -17 ¹⁰ (10 мин)	17 ⁰⁰ -17 ¹⁰ (10 мин)	☺	
21.	ПРОГУЛКА Самострельная деятельность детей на прогулке. Уход домой.	17 ¹⁰ -19 ⁰⁰ (1ч50)	17 ¹⁰ -19 ⁰⁰ (1ч50)	17 ¹⁰ -19 ⁰⁰ (1ч50)	17 ¹⁰ -19 ⁰⁰ (1ч50)	17 ¹⁰ -19 ⁰⁰ (1ч50)	△☺☺☺☺☺	
		45 мин.	30 мин.	27 мин.	30 мин.	35 мин.		

- 1). п.11.5 Продолжительность прогулок составляет 3-4 ч., проводятся 2 раза в день (1-я пол. дня и 2-я пол. дня);
- 2) п. 11.7 Продолжительность СНА: для детей от 1,5 до 3 лет – не менее 3 часов; для детей с 3 до 7 лет - 2 часа;
- 3). п. 11.8 Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к НОД, личная гигиена) не менее 3-4 часов
- 4). п. 11.9 Продолжительность НОД: для детей от 1,5 до 3 лет не должна превышать 10 мин (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня); для детей от 3-4 лет не более 15 мин. (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; Макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня – 30 мин); для детей от 4 до 5 лет – не более 20 мин (вся НОД проводится только в 1-ю пол. дня; Макс. допустимый объем образ. нагрузки в 1-ю пол. дня –40 мин); для детей 5-6 лет – не более 25 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; В 1-ю пол. дня мак. объем образ. нагрузки – 45 мин); для детей 6-7 лет – не более 30 мин. (НОД можно проводить в 1-ю и 2-ю пол. дня; В 1-ю пол. дня мак. объем образ. нагрузки – 1,5 часа).