

РЕЖИМ ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ

Режим дня разработан с учётом следующих принципов:

- соблюдение требований и рекомендаций Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13
- соблюдение режима дня в ДООУ в соответствии с функциональными возможностями ребенка, его возрастом и состоянием здоровья;
- соблюдение баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.), их чередование;
- наличие времени для самостоятельной (нерегламентированной и свободной) деятельности ребёнка;
- организация гибкого режима пребывания детей в ДООУ (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.);
- проведение мероприятий по профилактике утомления отдельных детей.

Режим дня в холодный период года

| Режимные моменты | Группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|---|---|----------------|----------------|----------------|-------------------------|
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность | 7.00-8.00 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.25 | 7.00-8.30 |
| Утренняя гимнастика. Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.30 | 8.20-8.55 | 8.25-8.55 | 8.25-8.50 | 8.30-8.50 |
| Утренний круг, игры, самостоятельная деятельность детей. | 8.30-8.40 8.40-9.10 По подгруппам | 8.55-9.20 | 8.55-9.10 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Организованная детская деятельность, занятия со специалистами | 8.40-9.10 По подгруппам | 9.20-10.00 | 9.10-10.00 | 9.00-10.30 | 9.00-10.50 |
| Второй завтрак | 9.10-9.20 | 10.00-10.10 | 10.00-10.10 | 10.30-10.50 | 10.50-11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.20-11.30 | 10.10-12.05 | 10.12.15 | 10.50-12.30 | 11.00-12.40 |
| Возвращение с прогулки, игры, занятия | 11.30-11.55 | 12.05-12.20 | 12.15-12.30 | 12.30-12.40 | 12.40-12.50 |
| Подготовка к обеду, обед, дежурство | 11.55-12.30 | 12.20-12.50 | 12.30-13.00 | 12.40-13.10 | 12.50-13.15 |
| Подготовка ко сну, чтение перед сном дневной сон | 12.30-15.00 | 12.50-15.00 | 13.00-15.00 | 13.10-15.00 | 13.15-15.00 |
| Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.00-15.15 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику. Полдник | 15.15-15.25 | 15.25-15.50 | 15.25-15.50 | 15.25-15.40 | 15.25-15.40 |
| Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами. | 15.25-16.15 | 15.50-16.30 | 15.50-16.30 | 15.40-16.30 | 15.40-16.40 |
| Вечерний круг. Подготовка к прогулке, прогулка | 16.15-17.30 | 16.30-17.50 | 16.30-17.50 | 16.30-18.00 | 16.40-18.00 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 17.30-18.00 | 17.50-18.15 | 17.50-18.15 | 18.00-18.20 | 18.00-18.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.00-18.30 | 18.15-18.45 | 18.15-18.45 | 18.20-18.45 | 18.20-18.45 |
| Самостоятельная деятельность, уход домой. | 18.30-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00. | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 |

Режим дня в тёплый период года

| Режимные моменты | Группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа | Подготовительная группа |
|---|---|----------------|----------------|----------------|-------------------------|
| Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, зарядка | 7.00-8.00 | 7.00-8.20 | 7.00-8.25 | 7.00-8.25 | 7.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00-8.30 | 8.20-8.55 | 8.25-8.55 | 8.25-8.50 | 8.30-8.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 8.30-8.40 8.40-9.10 По подгруппам | 8.55-9.20 | 8.55-9.10 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Организованная детская деятельность, занятия с специалистами | 8.40 – 9.10 По подгруппам | 9.20 – 10.00 | 9.10 – 10.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Второй завтрак | 9.10 – 9.20 | 10.00 – 10.10 | 10.00 – 10.10 | 10.30 – 10.50 | 10.50 – 11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 9.20 – 11.30 | 10.10 – 12.05 | 10.10 – 12.15 | 10.50 – 12.30 | 11.00 – 12.40 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность | 11.30-11.55 | 12.05-12.20 | 12.15-12.30 | 12.30-12.40 | 12.40-12.50 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.55-12.30 | 12.20-12.50 | 12.30-13.00 | 12.40-13.10 | 12.50-13.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.30-15.00 | 12.50-15.00 | 13.00-15.00 | 13.10-15.00 | 13.15-15.00 |
| Постепенный подъём, самостоятельная деятельность | 15.00-15.15 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 | 15.00-15.25 |
| Полдник | 15.15-15.25 | 15.25-15.50 | 15.25-15.50 | 15.25-15.40 | 15.25-15.40 |
| Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность | 15.25-16.15 | 15.50-16.30 | 15.50-16.30 | 15.40-16.30 | 15.40-16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.15 – 18.00 | 16.30 – 18.15 | 16.30 – 18.15 | 16.30-18.20 | 16.40-18.20 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.00-18.30 | 18.15-18.45 | 18.15-18.45 | 18.20-18.45 | 18.20-18.45 |
| Самостоятельная деятельность, уход домой. | 18.30-19.00 | 18.45-19.00 | 18.45-19.00. | 18.45-19.00 | 18.45-19.00 |