

Рассмотрено на заседании пед. совета
Протокол № 1 от «28» августа 2024 г.

«Утверждено»
приказ № 8827004
и.о. заведующего Забурдаева Е.С.

Режим дня в МДОУ детский сад №3 «Солнышко»
(Режим выстроен в соответствии с требованиями 243.3049-13)

Режимные мероприятия	Возрастные группы ДОУ				
	1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей; Самостоятельная деятельность детей	7:30-8:10 (40 мин)	7:30-8:10 (40 мин)	7:30-8:10 (40 мин)	7:30-8:10 (40 мин)	7:30-8:10 (40 мин)
Утренняя гимнастика	8:10-8:15 (5 мин)	8:10-8:15 (5 мин)	8:10-8:17 (7 мин)	8:20-8:30 (10 мин)	8:20-8:30 (10 мин)
Самостоятельная деятельность детей	8:15-8:25 (10 мин)	8:15-8:25 (10 мин)	8:17-8:30 (13 мин)	8:10-8:20 (10 мин)	8:10-8:20 (10 мин)
Подготовка к завтраку, ЗАВТРАК	8:25-8:50 (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)
НОД и самостоятельная деятельность детей (перерывы 10 м)	8:50-9:30 (40 мин) в т.ч НОД- 10м	8:45-9:00 (15 мин.)	8:45-10:15 (1ч 30 м мин) в т.ч НОД-30и40м	8:45-9:00 (15 мин)	8:45-10:50 (2 ч 05 м), в т.ч НОД- 45 м и 1ч 30м
Подготовка к прогулке	9:30-9:50 (20 мин)	10:00-10:15 (15 мин)	10:00-10:15 (15 мин)	10:50-11:00 (10 мин)	10:50-11:00 (10 мин)
ПРОГУЛКА, в т.ч. НОД для детей 2-3 л; ф-ра на улице	9:50-11:15 (1ч 25 мин)	10:15-12:00 (1 ч 45 м)	10:15-12:00 (1 ч 45 м)	11:00-12:30 (1 ч 30 м)	11:00-12:30 (1 ч 30 м)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11:15-11:30	12:00-12:20 (20 мин)	12:00-12:20 (20 мин)	12:30-12:35 (5 мин)	12:30-12:35 (5 мин)
Подготовка к обеду ОБЕД	11:30-11:50 (20 мин)	12:20-12:40 (20 мин)	12:20-12:40 (20 мин)	12:35-12:55 (20 мин)	12:35-12:55 (20 мин)
Подготовка ко сну	11:50-12:00 (10 мин)	12:40-12:50 (10 мин)	12:40-12:50 (10 мин)	12:55-13:00 (5 мин)	12:55-13:00 (5 мин)
СОН	12:00-15:00 (3 ч.)	12:50-15:00 (2ч 10 мин)	12:50-15:00 (2 ч 10 м)	13:00-15:00 (2ч.)	13:00-15:00 (2 ч.)
Подъем; гимнастика пробуждения, самостоятельная деятельность детей	15:00-15:20 (20 мин)	15:00-15:20 (20 мин)	15:00-15:20 (20 мин)	15:00-15:15 (15 мин)	15:00-15:15 (15 мин)
Подготовка к полднику ПОЛДНИК	15:20-15:40 (20 мин)	15:20-15:40 (20 мин)	15:20-15:40 (20 мин)	15:15-15:30 (15 мин)	15:15-15:30 (15 мин)
Самостоятельная деятельность		15:40-16:00	15:40-16:00	15:30-16:00	15:30-16:00
НОД	15:40-15:50			16:00-16:25	16:00-16:30
Самостоятельная деятельность, Прогулка (светлое время), индивидуальная работа, работа с группами, кружковые занятия, уход детей домой	15:50-18:00	16:00-18:00	16:00-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00
Подготовка к прогулке, прогулка (светлое время, по погоде)	16:15-18:00 (1 ч 45 м)	16:30-18:00 (1 ч 30 м)	16:30-18:00 (1 ч 30 м)	16:30-18:00	16:30-18:00 (1 ч 30 м)

Адаптационный режим пребывания ребёнка в ДОУ

Временной период.	Адаптационные мероприятия.
1-3 день.	Пребывание в группе в течение 1-2 часов.
4-6 день.	Пребывание в группе в течение первой половины с питанием (без сна)
7-9 день.	Пребывание в группе с питанием и сном. Уход домой после сна.
10-14 день.	Пребывание в группе полный день.

В случае тяжёлой адаптации, адаптационный период продлевается по индивидуальному режиму.

Согласно пункту 2.10 СанПиН 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня в ДОУ соблюдаются следующие требования:

✓ режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

✓ при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

✓ физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОУ обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

✓ 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) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды деятельности	Количество в неделю	продолжительность
Физкультурные занятия	В помещении	2	Согласно возрастной группе детей
	На улице	1	Согласно возрастной группе детей
Физкультурно-оздоровительная работа	гимнастика	Ежедневно	5-10
	Подвижные и спортивные игры на улице	Ежедневно Утро\ вечер	Согласно возрастной группе детей
	физкультминутки	Ежедневно НОД	2 мин
Активный отдых	Физкультурный досуг	1р/ месяц	Согласно возрастной группе детей
	Физкультурный праздник	2 раза в год	Согласно возрастной группе детей
	День здоровья	1 раз/ квартал	
Самостоятельная двигательная деятельность	Игры со спортивным инвентарем, подвижные игры	Ежедневно	