

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида №32 п.Раздольное Надеждинского района»



## Режим дня

**детей первой группы раннего возраста - подготовительной группы**  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад общеразвивающего вида № 32 п. Раздольное Надеждинского района»  
**на 2023 – 2024 учебный год**

*(Требования к режиму пребывания детей в образовательном учреждении в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28).)*

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В МБДОУ ДСОВ № 32 используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Режим дня составлен с расчетом на 10- часовое пребывание ребенка в детском саду.

Режимные моменты	Группы				
	1 ран. в-та 2 ран. в-та	младшая	средняя	старшая	подготовительная
Прием детей, осмотр, игры, Самостоятельная деятельность детей	7.30-8.15	7.30-8.05	7.30-8.20	7.30-8.10	7.30– 8.30
Утренняя гимнастика	8.15-8.20	8.05-8.10	8.12 -8.20	8.22-8.30	8.32 – 8.42
Подготовка к завтраку, завтрак Самостоятельная деятельность детей	8.20-9.00	8.10-8.45	8.20-8.45	8.30-8.40	8.45 – 9.00
Игры подготовка к занятиям	-	8.45-9.10	8.45-9.05	8.40– 9.00	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -	9.00-9.20	9.10-9.40	9.05-9.50	9.00-10.35	9.00 – 10.50

2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)					
Подготовка к прогулке	9.20-10.00	9.40-10.00	9.50-10.10	10.35-10.45	10.50 – 11.00
Прогулка					
Самостоятельная деятельность детей	9.20-11.30	10.00-11.50	10.10-12.00	10.45-12.10	11.00 – 12.20
Второй завтрак*	10.00	10.30	10.30	10.30	10.30
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду. Обед.	11.30-12.10	11.50-12.30	12.00-12.45	12.10-12.50	12.20 – 13.00
Подготовка к дневному сну. Сон	12.10-15.00	12.30-15.00	12.45 - 15.00	12.50-15.00	13.00– 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к полднику. Полдник	15.00 – 15.40	15.00 – 15.40	15.00 – 15.40	15.00 – 15.40	15.00 – 15.40
Чтение художественной литературы, игры, кружковая работа, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.00	15.40-16.05	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10
Подготовка к прогулке Прогулка Самостоятельная деятельность, игры	16.00 – 17.30	16.05 – 17.30	16.10 – 17.30	16.10 – 17.30	16.10 – 17.30
Уход домой детей дневной группы	17.30	17.30	17.30	17.30	17.30
Подготовка к ужину, ужин (вечерняя группа)	-	18.15-18.45	18.15-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность, игры, уход детей домой	-	18.45-19.30	18-30-19.30	18-30-19.30	18-30-19.30

\*Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Общая продолжительность: прогулки – от 3 часа 50 минут; самостоятельной деятельности – 3 час. 50 мин.; непосредственно образовательной деятельности - 1,5 часа в первой половине дня и 2 раза в неделю по 15 мин. - во второй половине дня.

**В летнее время распорядок дня изменяется.** Прием детей, утренняя гимнастика, часть занятий проводятся на свежем воздухе. Общая продолжительность прогулки увеличивается до 5 – 6 часов.

<b>Теплый период года</b>					
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	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.30	9.00-9.15	-
Второй завтрак*	10.30	10.30	10.30	10.30	10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.30-11.30	9.30-11.45	9.30-12.00	9.15-12.10	9.00-12.20
Подготовка к обеду. Обед	11.30-12.10	11.45-12.30	12.00-12.45	12.10-12.50	12.20-13.00
Подготовка ко сну, сон,	12.10-15.00	12.30-15.00	12.45 - 15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры Полдник	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30
Уход детей домой	до 17.30	до 17.30	до 17.30	до 17.30	до 17.30

\*Пункт 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.