

Приложение № 5
к образовательной программе
дошкольного образования

Режим дня

Режим дня в группах рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОУ и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН1.2.3685-21, СанПин2.3/2.4.3590-20 и СП2.4.3648-20 условий реализации программы ДОУ, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОУ.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребёнка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. При температуре воздуха ниже минус 15^о С и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей(законных представителей) воспитанников.

Режим дня на холодный период

Режимные моменты	1,5 -2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием и осмотр детей, термометрия самостоятельная деятельность, дежурство.	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика (упражнения с спортивным инвентарем и без него).(переодевание)	8.20-8.30	8.20-8.30	8.00-8.10	8.00-8.10	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.30- 9.00	8.30 – 9.00	8.20-8.50	8.20-8.40	8.25 – 8.40	8.25 – 8.40
Утренний круг	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 8.55	8.45 – 8.55
Организованная образовательная деятельность/занятия по подгруппам	9.00 -9.10 9.30-9.40	9.00 -9.10 9.30-9.40	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Перерыв между занятиями	9.15-9.25	9.15-9.25	9.15-9.25	9.20-9.30	9.25-9.35	9.25-9.35
Игры, самостоятельная деятельность по интересам детей	9.40-10.30	9.40-10.30	9.40-12.00	9.50- 12.00	10.30-12.15	10.50-12.15
Второй завтрак.	10.30-10.45	10.30-10.45	10.40-10.50	10.40-10.50	10.45-10.55	10.50-10.55
Подготовка к прогулке,(переодевание) прогулка, двигательная активность, возвращение с прогулки (переодевание), гигиенические процедуры	10.45-12.00	10.45-12.00	10.50-12.00	10.50-12.00	10.55-12.30	10.55-12.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры.	11.30-12.00	11.30-12.00	12.00-12.20	12.00-12.20	12.30-12.45	12.30-12.45
Подготовка к обеду. Дежурство, Обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.20-13.00	12.20-13.00	12.45-13.15	12.45-13.15
Подготовка ко сну,(переодевание) чтение перед сном, дневной сон.	12.30-15.00	12.30-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.15-15.00	13.15-15.00
Подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40	15.25-15.40
Игры, труд, организованная и самостоятельная деятельность по интересам детей.	15.50-16.15	15.50-16.15	15.40-16.20	15.40-16.20	15.40-16.10	15.40-16.10

Вечерний круг	16.15-16.25	16.15-16.25	16.25-16.40	16.25-16.40	16.15-16.30	16.15-16.30
Игры, подготовка к прогулке (переодевание), прогулка, уход детей домой	16.30-18.00	16.30-18.00	16.45-18.00	16.45-18.00	16.40-18.00	16.40-18.00

Режим дня на тёплый период

Режимные моменты	1,5 -2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием и осмотр детей, проведение термометрии, общение с родителями. самостоятельная игровая деятельность.	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30	7.30 – 8.30
Утренняя гимнастика на свежем воздухе (со спортивным инвентарем и без него)	8.20-8.30	8.20-8.30	УТОЧНИТЬ			
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры, беседы по гигиеническому воспитанию), завтрак	8.00 – 8.40	8.00 – 8.40	8.20 -8.50	8.25-8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Игровая деятельность на прогулке (тематические дни, музыкальные и спортивные праздники, досуги, экскурсии), подготовка к прогулке, прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная и самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные ванны, полезный труд.	9.00-11.00	9.10 – 11.30	9.10 – 11.40	9.10 –11.40	9.10 -12.20	9.00 – 12.35
	10.10-10.20	10.10-10.20	10.15-10.30	10.15-10.35	10.00-10.30	10.00-10.30
Подготовка ко 2 завтраку, завтрак	10.30-10.45	10.30-10.45	10.20-10.30	10.20-10.30	10.45-10.55	10.45-10.55
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.00-12.00	11.00 -12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	12.10-12.20	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.50	12.00-12.50	12.20 -13.00	12.20 -13.00

Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.00– 15.00
Подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.20	15.00 –15.20	15.00-15.40	15.00-15.40	15.00 –15.40	15.00 –15.40
Подготовка к полднику, Полдник	15.25-15.45	15.25-15.45	15.35-15.50	15.35-15.50	15.40 -15.55	15.40 -15.55
Игры, труд, организованная самостоятельная деятельность	15.50-16.15	15.50 –16.15	15.40-16.15	15.40-16.20	15.55-16.25	15.55-16.25
Вечерний круг	16.15-16.30	16.15-16.30	16.15-16.25	16.20-16.30	16.25-16.35	16.25-16.35
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, общение с родителями, уход детей домой	16.30-18.00	16.30- 18.00	16.25- 18.00	16.30-18.00	16.35- 18.00	16.35- 18.00