

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий «МБДОУ №8»

_____ Павлова Е.Н.

Приказ № _____ о/д

от «___» _____ 2024г.

РЕЖИМ ДНЯ

**Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения**

«Детский сад №8»

на 2024 -2025 учебный год

Пояснительная записка

Нормативное обеспечение:

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

В каждой возрастной группе «МБДОУ №8» организуется соответствующий возрастным особенностям режим дня. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей, осуществляют термометрию.

Распорядок дня включает:

- Прием пищи (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник и ужин).
- Ежедневная прогулка детей, её суммарная продолжительность составляет не менее 3 часов. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДОО.
- Дневной сон. Продолжительность дневного сна для детей раннего возраста (1-3 года) – 3 часа, для детей дошкольного возраста (4-7 лет) 2,5 часа. Перед сном исключается проведение подвижных эмоциональных игр.
- Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.
- Продолжительность занятия для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет - не более 10 мин, для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в группах раннего возраста – не превышает 20 минут, в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, в старшей группе - 50 минут

(75 минут при организации 1 занятия после дневного сна), в подготовительной группе – 90 минут. В середине времени, отведенного на занятие, проводится физкультминутка.

Перерывы между занятиями составляют не менее 10 минут. Начало занятий не ранее 8.00. Окончание занятий не позднее 17.00

Занятие по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется в спортивном зале не менее 2 раз в неделю. Один раз в неделю для детей круглогодично организовывается занятие по физическому развитию на открытом воздухе. Физическая культура на прогулке для детей 2-5 лет проводится в форме подвижной игры.

Суммарный объем двигательной активности составляет не менее 1 часа в день

Занятия физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50% общего времени, отведенного на организованную образовательную деятельность.

Домашние задания воспитанникам ДОО не задаются.

С целью минимизации неблагоприятного влияния климатических условий Крайнего Севера на психофизическое состояние воспитанников в середине учебного года с 9 января по 12 января организуются каникулы, во время которых проводят занятия только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, физкультурные и занятия художественным творчеством) и различные виды игр, спортивные и музыкальные праздники, экскурсии, развлечения.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа №1	Средняя группа №2	Старшая группа	Старшая комбинир. направленности для детей с ТНР	Подготовит. группа
Прием и осмотр, свободная игра (дежурство, утренний круг)	7.00 - 7.55	7.00 - 8.00	7.00 - 8.10	7.00 - 8.20	7.00 - 8.10	7.00 - 8.20	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	7.55 – 8.00	8.00 - 8.10	8.10 - 8.20	8.00- 8.10	8.10 - 8.20	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30
Завтрак (получение)	8.00	8.05	8.10	8.13	8.18	8.23	8.27
Подготовка к ООД, самостоятельная деятельность	8.30- 9.00	8.35 – 9.00	8.45- 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 - 9.00	8.50 – 9.00
ООД 1 занятие	9.00 - 9.10	9.00 - 9.15	9.00 - 9.20	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 - 9.25	9.00 – 9.30 9.00 -9.25 (Вт.)
2 занятие		9.25 - 9.40 (Пт.)	9.30 – 9.50	9.30 – 9.50	9.35 -10.00 (Пн., Чт., Пт.) 10.00 -10.25 (Вт., Ср.)	9.35 -10.00 (Пн., Вт., Чт., Пт.) 10.10 -10.35 (Ср.)	9.35 -10.00 (Вт.) 9.40 -10.10 (Ср.) 10.00-10.30 (Пн., Чт., Пт.)
3 занятие							10.10 -10.40 (Ср.)
Второй завтрак (получение)	9.10	9.15	9.17	9.20	9.25	9.30	9.35
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30 - 10.50	9.30 - 11.00 9.50 -11.00 (Пт.)	10.00 - 11.35	10.00 - 11.40	10.10 - 11.55 (Пн., Чт., Пт.) 10.35 - 11.55 (Вт., Ср.)	10.10 – 12.00 (Пн., Вт., Чт., Пт.) 10.45 - 12.05 (Ср.)	10.20 – 12.05 (Пн., Вт., Чт., Пт.) 10.50 - 12.10 (Ср.)
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду чтение художественной литературы	10.50 – 11.35	11.00 – 11.40	11.35 – 12.05	11.40 -12.10	11.45 – 12.10	12.00 – 12.25 (Пн., Вт., Чт., Пт.) 12.05 – 12.25 (Ср.)	12.05 – 12.30 (Пн., Вт., Чт., Пт.) 12.10 -12.30 (Ср.)
Обед (получение)	11.35	11. 40	12.05	12.10	12.20	12.25	12.30

Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 - 15.00	12.10 – 15.00	12.35 - 15.00	12.40 – 15.00	12.45 – 15.00	12.50 – 15.00	12.50 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные и водные процедуры, полдник (получение)	15.00 – 15.45	15.00 – 15.40	15.00 – 15.40	15.00 -15.40	15.00 -15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
	15.00	15.02	15.04	15.06	15.08	15.10	15.12
Игры, самостоятельная деятельность чтение художественной литературы, вечерний круг, подготовка к ужину (Занятия в группах: раннего возраста, младшая, старшая, старшая комбинированной направленности)	15.45 - 16.45	15.40 – 16.50	15.40 – 16.55	15.40 – 16.55	15.30 – 17.00	15.30 – 17.10	15.30 – 17.15
	Занятия	16.00 -16.10 (Пн., Вт., Ср., Чт.)	16.00 -16.15 (Пн., Вт., Ср., Чт.)		16.35 -17.00 (Пн.)	16.00-16.25 (Пн., Вт., Ср., Чт.)	
Ужин (получение)	16.45	16.50	16.55	17.00	17.05	17.10	17.15
Подготовка к прогулке, прогулка (Игры, самостоятельная деятельность)	17.15 -19.00	17.20 -19.00	17.25 -19.00	17.30 – 19.00	17.25– 19.00	17.30 – 19.00	17.30 – 19.00