

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 10 «Гусельки»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 10 «Гусельки»
(протокол от 29.08.2024 № 1)

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ «Детский сад № 10
«Гусельки»
от 29.08.2024 № 516

**Режим дня групп раннего и дошкольного возраста общеразвивающей и
комбинированной направленности МБДОУ «Детский сад «Гусельки»
на 2024-2025 учебный год**

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребёнка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим и распорядок дня устанавливаются с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена.

Режим дня гибкий, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

**Режим дня в группах раннего и дошкольного возраста
МБДОУ «Детский сад «Гусельки»**

Содержание	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Холодный период года					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.20
Завтрак	8.10-8.30	8.10-8.30	8.15-8.35	8.10-8.40	8.10-8.40
Игры, подготовка к занятиям	8.30-8.45	8.30-8.45	8.35-8.50	8.40-09.00	8.40-09.00
Занятия (включая гимнастику)	8.45-09.20	8.45-09.30	8.50-09.50	09.00-10.30	09.00-10.30

процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)					
Игры, подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	09.20-11.20	09.30-11.30	09.40-11.40	10.30-11.50	10.30-11.50
Обед	11.20-11.50	11.30-12.00	11.40-12.10	11.50-12.20	11.50-12.20
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	11.50-15.00	12.00-15.05	12.10-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00
Прием молочного продукта	15.00	15.05	15.00	15.00	15.00
Игры, самостоятельная деятельность детей, кружки	15.00-15.30 (при наличии занятий), 15.40-16.30	15.05-16.30	15.00-16.35	15.00-15.30 (при наличии занятий), 15.55-16.40	15.00-16.30
Занятия (при необходимости)	15.30-15.40	-	-	15.30-15.55	-
Уплотненный полдник (с включением блюд ужина)	16.30-16.55	16.30-16.55	16.35-17.00	16.40-17.05	16.40-17.05
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.55-18.30	16.55-18.30	17.00-18.30	17.05-18.45	17.05-18.45
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00
Теплый период года					
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.15	7.00-8.20	7.00-8.20
Завтрак	8.10-8.30	8.10-8.30	8.15-8.35	8.10-8.40	8.10-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-09.00	8.30-09.00	8.35-09.05	8.40-09.10	8.40-09.10
Подготовка к	9.00-11.20	9.00-11.30	9.05-11.35	9.10-11.40	9.10-11.45

прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки					
Обед	11.20-11.50	11.30-12.00	11.35-12.05	11.40-12.10	11.45-12.15
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	11.50-15.00	12.00-15.05	12.05-15.00	12.10-15.00	12.15-15.00
Прием молочного продукта	15.00	15.05	15.00	15.00	15.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.00-15.30	15.05-15.30	15.0-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Подготовка к прогулке, прогулка	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.35	15.30-16.40	15.30-16.40
Уплотненный полдник (с включением блюд ужина)	16.30-16.55	16.30-16.55	16.35-17.00	16.40-17.05	16.40-17.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.55-17.30	16.55-17.30	17.00-17.30	17.05-17.30	17.05-17.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.30-18.30	17.30-18.30	17.30-18.40	17.30-18.45	17.30-18.45
Уход домой	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00	до 19.00