Принято на
собрании коллектива
протокол № __1
от «_28_» ___08_ 2019г.

Утверждаю:
_____ Васильева Т.В.,
заведующая МБДОУ «Детский сад № 1 «Одуванчик»
Приказ № 88 от «28» 08 2019г.

Согласовано
с родительским комитетом
Протокол № 1 от «28» 08 2019г.

Режим дня муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 1 «Одуванчик» на 2019– 2020 учебный год

Режим дня установлен ДОУ самостоятельно с учетом:
- времени пребывания детей в группе;
-действующих СанПиН (Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, с изменениями на 27 августа 2015 года).

Режим дня является основой организации образовательного процесса в ДОУ. В соответствии со временем пребывания ребенка в группе:

12 часов (7.00-19.00 ч), 5 дней в неделю – старшая группа;

10,5 часов (7.00-17.30 ч), 5 дней в неделю – младшая группа.

Режим дня в МБДОУ «Д/С № 1 «Одуванчик» соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3-4 часа. Прогулка проводится 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня – после ужина перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста со временным пребыванием 10,5 - 12 часов, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Для детей от 2 до 3 лет дневной сон организуются однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур.

Во время сна детей присутствие воспитателя (младшего воспитателя) в спальне обязательно.

Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

При реализации образовательной программы дошкольного образовательного учреждения для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность непрерывной образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Образовательная деятельность осуществляется в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность образовательной деятельности для детей от 3 до 4- лет – не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет не более 25 минут, от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня. Для профилактики утомления детей указанная деятельность сочетается с физкультурной, музыкальной деятельностью.

В середине года (январь) для дошкольников организуются недельные каникулы. Во время каникул и в летний период образовательная деятельность осуществляется только эстетически-оздоровительного цикла.

Физическое воспитание детей направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья. возраста детей и времени года. В дошкольном учреждении используются такие формы двигательной деятельности. как: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, бодрящая гимнастика, подвижные и спортивные игры, упражнения и т.д.

С детьми 2-3 года жизни занятия по физическому развитию осуществляют по подгруппам 3 раза в неделю по 10 минут каждое. Для детей от 3 до 7 лет – не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию составляет:

- во второй младшей подгруппе – 15 минут;
- в средней подгруппе – 20 минут;
- в старшей подгруппе – 25 минут;
- в подготовительной – 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организовываются занятия по физическому развитию на открытом воздухе. Они проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие ввозные, воздушные и солнечные процедуры.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце. воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности педагогических кадров. При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы – постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Организация режима пребывания воспитанников в МБДОУ «Д/с №1 «Одуванчик»
Первая младшая подгруппа

Режим дня	Первая младшая подгруппа
Приём, осмотр воспитанников, индивидуальная работа	7.00 – 8.10
Утренняя разминка	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00
образовательная/игровая деятельность	9.00 – 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.30 – 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.10
Дневной сон	12.10 – 15.10
Подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.10 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30
образовательная/игровая деятельность (по подгруппам)	15.30 – 16.00
Самостоятельная/игровая деятельность	16.00 – 17.20
Подготовка к ужину, ужин	17.20 – 17.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой.	17.40 – 19.00

Организация режима пребывания воспитанников в МБДОУ «Д/с № 1 «Одуванчик» (холодный период года)

Режим дня	младшая группа	старшая группа
Прием детей самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.50-9.00	8.50-9.00
Образовательная деятельность	9.00-9.40	9.00-10.35
Игры, самостоятельная деятельность	9.40-10.00	10.00-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей на прогулке	10.00-12.00	10.35-12.35
Возвращение с прогулки	12.00-12.20	12.35-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00	13.10-15.10
Бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры	15.00-15.15	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.20-15.30
образовательная деятельность, дополнительное образование, самостоятельная деятельность	-	15.30-15.55
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность	15.30-16.30	15.55-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей на прогулке самостоятельная деятельность детей на прогулке, уход детей домой	16.30.-17.30	16.30-17.30
самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности личная гигиена)	17.30-18.30	-
Подготовка к ужину, ужин	18.30- 18.50	-
Уход детей домой	18.50-19.00	-

Организация режима пребывания воспитанников в МБДОУ «Д/с №1 «Одуванчик» (теплый период года)

Режим дня	младшая группа	старшая группа
Прием детей самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры	8.50-9.00	8.50-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей на прогулке	9.00-12.00	9.00-12.35
Возвращение с прогулки	12.00-12.20	12.35-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00	13.10-15.10
Бодрящая гимнастика, воздушные и водные процедуры	15.00-15.15	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.20-15.30
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность	15.30-16.30	15.30-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей на прогулке самостоятельная деятельность детей на прогулке, уход детей домой	16.30.-17.30	16.30-17.30
самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности личная гигиена)	17.30-18.30	-
Подготовка к ужину, ужин	18.30- 18.50	-
Уход детей домой	18.50-19.00	