

Принято

на заседании Педагогического совета
Протокол № 5 от 28.05.2025 г.

Утверждаю

Заведующий МКДОУ №1

О. В. Кокшарова



**Распорядок и режим дня Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
№1-детский сад комбинированного вида «Солнышко» на 2025-2026 учебный год**

Распорядок и режим дня

Дошкольное детство особый период жизни ребенка, который обеспечивает начальные этапы развития его личностных, физических, интеллектуальных качеств.

МКДОУ №1 работает в режиме пятидневной рабочей недели с 10,5 - часовым пребыванием детей с 07.30 до 18.00 часов, исключая выходные и праздничные дни. Режим посещения ребенком МКДОУ №1 может определяться индивидуально (в пределах режима работы МКДОУ №1).

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.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей, социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности.

Организация жизни и деятельности детей спланирована согласно: СанПиН 1.2.3685-21; СП 2.4.3648-20

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Режим дня составляется для разных возрастных групп в холодный и теплый периоды года. Родители имеют право выбора режима посещения ДОУ.

Режим дня определяется с учетом возрастных особенностей развития детей, положений нормативных актов, потребностей родителей. Основные компоненты режима (дневной сон, время бодрствования, время приема пищи и интервалы между приемами пищи, время прогулки, закаливающие, оздоровительные процедуры) строго соблюдаются.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей дошкольного возраста:

- соответствует функциональным возможностям ребенка, их возрасту и состоянию здоровья;
- обеспечивает баланс между разными видами активности детей (интеллектуальной, физической и др.), их чередование;
- организация гибкого режима пребывания детей в детском саду.

План образовательной деятельности составляется в соответствии требованиями СанПиН 1.2.3685-21.

Показатели организации образовательного процесса

Показатель	Возраст детей	Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	1-3 года	12,0 часов
	4-7 лет	11,0 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3,0 часа
	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	Для детей до 7 лет	3 часа в день
	Все возраста	1, 0 часа в день
Суммарный объём двигательной активности, не менее		
Утренний подъём, не ранее	Все возраста	7ч.00 мин.

Утренняя зарядка, продолжительность не менее	До 7 лет	10 минут
--	----------	----------

Режим пребывания детей

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 часов — 6 часов.

Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Это время используется для спокойных игр и занятий. Перед приемом пищи дети тщательно моют руки, а если нужно, и лицо. Первыми умываются те, кто ест медленнее; они садятся за стол и приступают к еде, не ожидая остальных. Количество времени, отведенное на игры, занятия, прогулки, а также чередование различных видов деятельности не меняются. После игр и занятий, требующих значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности, детям нужна деятельность подвижного характера, не связанная с большими усилиями. После энергичных движений, сильного возбуждения отдыхом для детей - спокойные игры.

Для эффективного решения программных задач в режиме дня выделено специальное время для чтения детям книг. Это не является обязательным элементом режима дня, и чтение может быть заменено самостоятельной деятельностью детей. Детям предоставляется свободный выбор — слушать, либо заниматься другим делом, т.к. часто дети, играя рядом с воспитателем, незаметно для себя, увлекаются процессом слушания.

Режим дня составляется для каждой возрастной группы детей, оптимизируется в соответствии с теплым и холодным периодом года.

Соблюдение требований к организации режимных процессов:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный, доброжелательный тон воспитателя.
- Отсутствие напряженности и ускоренного темпа проведения режимных процессов.
- Недопустимость сокращения времени в режиме дня, отведенного для игровой деятельности детей.
- Ежедневное пребывание детей на свежем воздухе не менее 3-х часов.

Организация приема детей в дошкольные образовательные организации, режиму дня и организации воспитательно-образовательного процесса

Прием детей, впервые поступающих в дошкольные образовательные организации, осуществляется на основании медицинского заключения.

Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.

Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются;

заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно-профилактическую организацию с информированием родителей.

После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Приём детей проходит как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в любое время года проводится на свежем воздухе. Разумеется, из этого могут быть исключения. Заранее продумывается, как организовать деятельность детей, занять их полезными делами в период от приема до подготовки к завтраку. В это время дети в основном играют. В утренние часы организовывается трудовая деятельность детей. В это время проводятся с детьми (со всей группой и индивидуально) различные наблюдения на участке и в помещении: за трудом взрослых, за природными явлениями и др. Дети приглашаются на утреннюю гимнастику.

Продолжительность утренней гимнастики во всех возрастных группах составляет не менее 10 минут.

После гимнастики осуществляется подготовка к завтраку, санитарно-гигиенические процедуры.

В летний период зарядка проводится на улице.

Режим в детском саду строится с таким расчетом, чтобы длительные прогулки, шумные игры заканчивались примерно за полчаса до еды. Это время используется для спокойных игр и занятий. Перед приемом пищи дети тщательно моют руки, а если нужно, и лицо. Первыми умываются те, кто ест медленнее; они садятся за стол и приступают к еде, не ожидая остальных. Количество времени, отведенное на игры, образовательную деятельность, прогулки, а также чередование различных видов деятельности не меняются. После игр и деятельности, требующей значительного умственного и волевого напряжения, относительной неподвижности, детям обеспечивается деятельность подвижного характера, не связанная с большими усилиями. После энергичных движений, сильного возбуждения отдыхом для детей являются спокойные игры.

Организация дневного сна детей

Полноценный сон детей является одним из важнейших факторов их психофизиологического благополучия и профилактики детских неврозов.

Спокойное состояние, необходимое малышу перед засыпанием, создается уже в конце прогулки, поддерживается во время обеда и подготовки ко сну.

Дневной сон для детей 4-7 лет организуется однократно продолжительностью не менее 2,5 часов.

Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

Дети с трудным засыпанием и чутким сном укладываются первыми и поднимаются последними.

Для обеспечения благоприятного сна детей педагоги проводят беседы о значении сна, об основных гигиенических нормах и правилах сна.

Спокойный сон ребенка обеспечивается благоприятными гигиеническими условиями его организации:

- игровая, занимательная мотивация на отдых, отсутствие посторонних шумов;
- спокойная деятельность перед сном;
- проветренное помещение спальни комнаты;
- минимум одежды на ребенке;
- спокойное поглаживание, легкая, успокаивающая улыбка, укрывание детей педагогом;
- чтение произведений художественной литературы перед сном, любимых произведений или спокойная классическая музыка по выбору детей;
- постепенный подъем: предоставление возможности детям полежать после пробуждения в постели несколько минут;
- «ленивая» гимнастика после сна.

После дневного сна детей поднимают постепенно. Тех, которые засыпают позже других (слабых или перенесших заболевание), поднимают последними, дают им возможность поспать подольше, но и не задерживают в постели больше положенного времени.

Организация прогулки

Рекомендуемая продолжительность прогулок для детей до 7 лет составляет не менее 3 часов в день. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Одевание детей на прогулку организуется так, чтобы не трогать много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого создаются соответствующие условия. С целью сохранения здоровья детей, выход на прогулку организуется по подгруппам, а ее продолжительность регулируется индивидуально в соответствии с состоянием здоровья и погодными условиями.

Прогулка является одним из эффективных средств закаливания организма дошкольников, направлена на оздоровление, реализацию естественной потребности детей в движении и включает в себя наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную игровую, продуктивную деятельность, индивидуальную работу по всем основным направлениям развития детей (познавательному, речевому, физическому, художественно-эстетическому и социально-коммуникативному).

Прогулка может состоять из следующих *частей*:

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд в природе,
- самостоятельная игровая деятельность детей,
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических, интеллектуальных, личностных, нравственных, эстетических качеств.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если

занятия были связаны с долгим сидением детей. Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Например, можно обратить внимание на облака, их форму, цвет, сравнить их с известными детям образами, организовать и наблюдения за трудом взрослых, которые работают вблизи детского сада, например за строителями.

Примерно за полчаса до окончания прогулки организуются спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование.

Организация образовательной деятельности в режимных моментах

Достижение положительных результатов зависит от правильной организации образовательного процесса. **Особое внимание уделяется соблюдению гигиенических условий:**

- помещение должно быть проветрено, в нем должна быть проведена влажная уборка;
- при общем нормальном освещении свет должен падать с левой стороны;
- оборудование, инструменты и материалы, их размещение должны отвечать педагогическим, гигиеническим и эстетическим требованиям.

Время определяемое для образовательной деятельности в режимных моментах соответствует установленным нормам, использоваться полноценно. Большое значение имеет организация групповых и подгрупповых форм работы с детьми, с обязательным игровым привлечением детского внимания, постановкой проблемы перед детьми или творческой задачи, совместное решение о способах ее выполнения.

В ходе реализации задач образовательной деятельности привлекаются к активному участию в работе все дети, учитывая их индивидуальные особенности, формируются у детей навыки организованной деятельности, развивается способность оценивать и контролировать свои действия. Любая образовательная ситуация используется для развития у детей доброжелательного отношения к товарищам, выдержки, целеустремленности.

Применение электронных средств обучения

Применение электронных образовательных средств организуется в соответствии с санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21; Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20

Продолжительность использования ЭСО

Электронные средства обучения	Возраст детей	На занятия, минут, не более	Суммарно в день в ДОУ, минут, не более
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20
Ноутбук	6-7 лет	15	20
Планшет	6-7 лет	10	10

Для определения продолжительности использования интерактивной доски (панели) на занятии рассчитывается суммарное время ее использования на занятии.

Для вычисления продолжительности использования ЭСО индивидуального пользования определяется непрерывная продолжительность их использования на занятии.

При использовании двух и более ЭСО суммарное время работы с ним не должно превышать максимума по одному из них.
Для детей 6-7 лет использование ноутбуков возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

Особенности организации питания

В ДОО организовано четырехразовое питание, в соответствии с примерным 10 – дневным меню на основе картотеки блюд с учетом сезонного наличия свежих овощей, фруктов, зелени.

Ежедневно в рацион питания детей включаются соки и свежие фрукты, салаты, проводится витаминизация третьего блюда. В летний и осенний периоды при приготовлении овощных блюд используются свежие кабачки, патиссоны, цветная капуста, помидоры, огурцы и свежая зелень.

Основные принципы организации питания:

- адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;
- сбалансированность рациона;
- максимальное разнообразие блюд;
- высокая технологическая и кулинарная обработка;
- учет индивидуальных особенностей.

Ежедневное ведение накопительной ведомости позволяет вести учет ежедневного расхода продуктов на одного ребенка в течение месяца. Расчет пищевой ценности рациона (содержание белков, жиров и углеводов) и его энергетической ценности (калорийности) проводится один раз в месяц по данным среднемесячного количества продуктов, выданных на каждого ребенка.

Контроль за соблюдением натуральных норм продуктов и проведение С-витаминизации готовой пищи осуществляется старшей медсестрой.

Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств блюд.

Контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока, правильной организацией питания в ДОО осуществляется заведующей и старшей медицинской сестрой с привлечением членов совета родителей. Все продукты поступают и принимаются в ДОО только при наличии гигиенического сертификата соответствия.

В ДОО осуществляется работа с сотрудниками по повышению качества, организации питания, с родителями воспитанников в целях организации рационального питания в семье, с детьми, посещающими дошкольное образовательное учреждение по формированию представлений о правильном питании и способах сохранения здоровья. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивается ежедневное меню за время пребывания детей в ДОО.

- В процессе организации питания решаются **задачи гигиены и правил питания**:
- мыть руки перед едой

- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой
- после окончания еды полоскать рот

Для того чтобы дети осваивали **нормы этикета**, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, чашкой, вилкой, столовой и чайной ложками. На середину стола ставятся бумажные салфетки, хлеб в хлебнице.

В организации питания принимают участие дежурные - воспитанники группы. Читается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

Особенности организации и проведения образовательной деятельности

Требования к организации образовательного процесса

Показатель		возраст	норматив
Начало занятий, не ранее		Все возрастные группы	8:00
Окончание занятий не позднее		При реализации образовательных программ дошкольного образования	17:00
Перерыв между последним занятием и началом дополнительных занятий следующей смены, не менее	Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций	19:30
		От 1,5 до 3 лет	20 минут
		От 3 до 4 лет	10 минут
		От 4 до 5 лет	15 минут
		От 5 до 6 лет	20 минут
		От 6-7 лет	25 минут
		От 1,5 до 3 лет	30 минут
		От 3 до 4 лет	20 минут
		От 4 до 5 лет	30 минут
		От 5 до 6 лет	40 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не менее			50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
		От 6-7 лет	90 минут
		Все возраста	10 минут

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Воспитателю предоставляется право варьировать место образовательной деятельности в педагогическом процессе, интегрировать содержание различных видов образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательном процессе.

В середине года (декабрь-январь) для воспитанников дошкольных групп рекомендуется организовывать недельные каникулы, во время которых проводят образовательную деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

В дни каникул и в летний период образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить занятия художественно-эстетического цикла, спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, а также увеличивать продолжительность прогулок.

Особенности организации физического воспитания

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

Двигательный режим, физические упражнения и закалывающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:
- в младшей группе - 15 мин.,

- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 4 - 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

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

Двигательный режим, физические упражнения и закалывающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах, плавание и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 4-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

Примерный режим дня для детей раннего возраста

Дети первой подгруппы спят днем два раза, а с 1 года 6 месяцев их переводят на один дневной сон. Ночной сон ребенка длится 10-12 часов. Для каждой подгруппы разработан режим дня холодного и теплого времени года. В холодный период бодрствование детей первой подгруппы организуется в помещении. Прогулка предусмотрена в вечернее время (с родителями). Дети второй подгруппы гуляют 1-2 раза в день (в зависимости от погодных условий).

Ранний возраст		
Примерный режим дня для детей от 1 года до 2 лет (холодное время года)		
Режимные процессы	1 г. - 1 год. 6 мес.	1 г. 6 мес. - 2 г.
Дома		
Пробуждение, утренний туалет	6.30-7.30	6.30-7.00

В дошкольном учреждении		
Приём в ДОО, игра	7.30-8.00	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.30	7.30-8.30
Самостоятельная деятельность	8.30-9.30	8.30-9.20
Подготовка ко сну. 1-й сон	9.30-12.00	
Подготовка и проведение игры – занятия 1 (по подгруппам)	-	8.50-9.05-9.20
Второй завтрак	9.20-9.30	9.20-9.30
Подготовка к прогулке. Прогулка		9.20-11.00
Возвращение с прогулки, игры		11.00-11.30
Подготовка к обеду, обед		11.30-12.00
Постепенный подъем, обед	12.00-12.30	
Самостоятельная деятельность	12.30-14.30	
Подготовка и проведение игры – занятия 1 (по подгруппам)	13.00-13.10-13.20	
Подготовка и проведение игры-занятия 2 (по подгруппам)	13.50-14.00-14.10	
Подготовка ко сну 2 сон	14.30-16.00	
Подготовка ко сну, сон		12.00-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	16.00-16.30	15.00-15.20
Игры, самостоятельная деятельность		15.20-16.30
Подготовка и проведение игры-занятия 2 (по подгруппам)		15.30-15.45 – 16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.30-17.00	16.00-16.30
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00- 18.00	16.30-18.00
Дома		
Прогулка		
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	18.00-19.00	18.00-19.00
Подготовка ко сну, ночной сон	19.00-20.30	19.00-20.30
	20.30-6.30 (7.00)	20.30-6.30 (7.00)

Примерный режим дня для детей от 1 года до 2 лет (теплое время года)		
Режимные процессы	1г. – 1год. 6мес.	1 г. 6 мес. – 2 г
Дома		
Пробуждение, туалет	6.30-7.30	6.30-7.30
В дошкольном учреждении		

Приём в ДОО, самостоятельная деятельность	7.30-8.00	7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.30	7.30-8.30
Прогулка, самостоятельная деятельность	8.30-9.30	8.30-11.00
Подготовка и проведение игры-занятия1 (по подгруппам)		9.30-9.45-10.00
Возвращение с прогулки, подготовка ко сну, 1й сон	9.30-12.00	
Возвращение с прогулки, водные процедуры, обед		11.00-12.00
Постепенный подъем, подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	
Подготовка ко сну, сон		12.00-15.00
Прогулка, самостоятельная деятельность	12.30-14.00	
Подготовка и проведение игры-занятия1 (по подгруппам)	13.00-13.10-13.20	
Подготовка и проведение игры-занятия2 (по подгруппам)	13.40-13.50-14.00	
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.00-14.30	
Подготовка ко сну, 2 сон	14.30-16.30	
Постепенный подъем, полдник	16.30-17.00	
Прогулка, самостоятельная деятельность		15.30-16.30
Подготовка и проведение игры-занятия2 (по подгруппам)		15.30-15.45-16.00
Игры, подготовка к полднику, полдник		16.00-17.00
Прогулка, уход домой	17.00-18.00	17.00-18.00
Дома		
Прогулка	18.00-19.00	18.00-19.00
Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30	20.00-20.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)	20.30-6.30 (7.30)

Игры – занятия с детьми первой подгруппы проводятся во второй период бодрствования, с детьми второй подгруппой – в утренний и вечерний период бодрствования. С детьми в возрасте 1 го-1год 6 месяцев игры-занятия проводятся по подгруппам (по 2-4 человека) Длительность занятия 3-6 минут. Дети в возрасте 1г 6 м-2 лет можно объединять по 4-6 человек в зависимости от вида занятия. Продолжительность занятия от 4до 8-10мин.

Перечень основных игр-занятий на пятидневную неделю

Виды занятий	Количество занятий	
	Неделя	Месяц
Расширение ориентировки в окружающем мире	3	12
Развитие движений	2	8
Со строительным материалом	1	4
С дидактическим материалом	2	8
Музыкальное	2	8
Общее количество занятий	10	40

Примерный режим дня детей 2-3 лет

Режим дня составлен с расчетом 10.5 часовым пребыванием ребенка в детском саду. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер).

Режимные моменты	Дома	Время
Подъем, утренний туалет		6.30-7.30
В ДОУ		
Прием детей, самостоятельная деятельность		7.30-8.00
Подготовка к завтраку, завтрак		8.00-8.20
Самостоятельная деятельность/занятия по подгруппам		8.20-9.30
Второй завтрак		9.30-9.40
Подготовка к прогулке		9.30-9.40
Прогулка		9.40-11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду		11.20-11.45
Обед		11.45-12.30
Спокойные игры, подготовка ко сну		12.00-12.30
Дневной сон		12.30-15.30

Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.15-15.30
Самостоятельная деятельность/ занятия по подгруппам	15.30-16.15
Подготовка к полднику. Полдник	16.15-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная деятельность, уход домой	16.45-18.00
Дома	
Прогулка	18.00- 19.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.00-20.30
Ночной сон	20.30-6.30(7.00)

В течении дня следует выделять специальное время для чтения детям. Желательно читать детям ежедневно. Для детей 2-3 лет длительность чтения, с обсуждением прочитанного, составляет 10-15 мин, основной ориентир для педагога это интерес детей.

Примерный перечень основных занятий на месяц

Занятия по лепке и конструированию проводятся по 2 раза в месяц, чередуясь. В теплое время часть занятий рекомендуется проводить на улице.

Виды занятий	Количество занятий	
	неделя	месяц
Ребенок и окружающий мир	1	4
Развитие речи. Художественная литература	2	8
Рисование	1	4
Лепка/конструирование	1	4
Физкультурное	3	12
Музыкальное	2	8
Общее количество занятий	10	40

Дошкольный возраст

Режим дня составлен с расчетом 10.5 часовым пребыванием ребенка в детском саду. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер).

В летнее время расписание дня следует изменять, с тем, чтобы дети больше времени проводили на свежем воздухе, имели возможность больше двигаться, получать необходимую физическую нагрузку, иметь большой выбор занятий по интересам, поэтому прием детей, утренняя гимнастика, часть занятий, вечерний круг, следует проводить на улице.

Режимные моменты	Младшая группа (3-4 года)			Средняя группа (4-5 лет)		
	Длительность	Начало	Окончание	Длительность	Начало	Окончание
Прием детей, свободная игра	1.00	7.30	8.00	1.00	7.30	8.00
Утренняя гимнастика	0.10	8.00	8.10	0.10	8.00	8.10
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0.30	8.10	8.40	0.30	8.10	8.40
Утренний круг	0.20	8.40	9.00	0.20	8.40	9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1.00	9.00	10.00	1.00	9.00	10.10
Второй завтрак						
Подготовка к прогулке, прогулка	0.10	10.00	10.10	0.10	10.10	10.20
Возвращение с прогулки, игры, занятия	1.50	10.10	12.00	1.50	10.20	12.10
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0.20	12.00	12.20	0.20	12.10	12.30
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	0.40	12.20	13.00	0.30	12.30	13.00
	2.30	13.00	15.30	2.30	13.00	15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0.20	15.10	15.30	0.20	15.10	15.30
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1.00	15.30	16.30	1.00	15.30	16.30
Вечерний круг						
Подготовка к полднику, полдник	0.10	16.30	16.40	0.10	16.30	16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	0.30	16.40	17.10	0.30	16.40	17.10
	0.50	17.10	18.00	0.50	17.10	18.00
Режимные моменты	Старшая группа			Подготовительная к школе группа		
	Длительность	Начало	Окончание	Длительность	Начало	Окончание
Прием детей, свободная игра	1.00	7.30	8.00	1.00	7.30	8.00
Утренняя гимнастика	0.10	8.00	8.10	0.10	8.00	8.10

Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	0.20	8.10	8.30	0.20	8.10	8.30
Утренний круг	0.20	8.30	8.50	0.20	8.30	8.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1.40	8.50	10.30	1.40	8.50	10.30
Второй завтрак	0.10	10.30	10.40	0.10	10.30	10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	1.50	10.40	12.30	1.50	10.40	12.30
Возвращение с прогулки, игры, занятия	0.10	12.30	12.40	0.10	12.30	12.40
Подготовка к обеду, обед, дежурство	0.20	12.40	13.00	0.20	12.40	13.00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	2.30	13.00	15.30	2.30	13.00	15.30
Постепенный подъем, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры	0.20	15.10	15.30	0.20	15.10	15.30
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	1.00	15.30	16.30	1.00	15.30	16.30
Вечерний круг	0.10	16.30	16.40	0.10	16.30	16.40
Подготовка к полднику, полдник	0.20	16.40	17.00	0.20	16.40	17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	0.50	17.00	18.00	0.50	17.00	18.00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060064

Владелец Кокшарова Ольга Валентиновна

Действителен с 23.12.2024 по 23.12.2025