

### 3.3 Организация режима дня воспитанников.

Пребывание детей в дошкольном учреждении определяется режимом дня жизнедеятельности воспитанников, который включает в себя:

- совместную деятельность (непосредственно-образовательную деятельность и образовательную - деятельность в режимных моментах)
- самостоятельную деятельность детей,
- системой физкультурно-оздоровительной работы,
- режимом двигательной активности;
- режимом питания.

#### Режим дня

Режимы дня в разных возрастных группах разработаны на основе санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», изменений к ним и скорректированы с учетом ФГОС ДО.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей и предусматривает личностно-ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности.

#### РЕЖИМ ДНЯ (тёплый период года)

Режим	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
<i>Дома.</i> Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	21.00 – 6.30
<u><i>В дошкольном учреждении.</i></u> Прием детей, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00	7.00 – 8.20	7.00 – 8.25 (+ дежурство)	7.00 – 8.35 (+ дежурство)	7.00 – 8.35 (+ дежурство)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.20	8.20 – 8.55	8.25 – 8.45	8.30 – 8.50	8.35 – 8.55
Самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00	8.55 – 9.20	8.45.-9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.00
Подготовка к занятиям, занятия	9.00 – 9.30 (по подгруппам)	9.20 – 9.35	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
Подготовка к прогулке	9.30 – 10.00	9.35 – 9.55	9.20 – 9.30	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40

Прогулка	10.00 – 11.20	9.55 – 11.15	9.20 – 11.35	9.35 – 12.00	9.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.50	11.15 – 11.40	11.35 – 12.00	12.00 – 12.20	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.30	11.40 – 12.20	12.00 – 12.35	12.20 – 12.50	12.30 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00	12.20 – 15.10	12.35 – 15.10	12.50 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъем, зарядка после сна, игры	15.00 – 15.20	15.10 – 15.25	15.10 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.45	15.25 – 15.40	15.25 – 15.45	15.25 – 15.45	15.25 – 15.40
Самостоятельная деятельность	15.45 – 16.00	15.40. – 15.50	15.45 - 15.55	15.45 – 15.55	15.40 - 15.55
Занятия по подгруппам	16.00 – 16.20				
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.40	15.50 – 16.00	15.55 – 16.00	15.55 – 16.00	15.55 – 16.00
Прогулка, игры, индивидуальная работа с детьми, работа с родителями	16.40 – 17.40	16.00 - 18.00	16.00 – 18.00	16.00 – 18.10	16.00 – 18.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.40 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.10 – 19.00	18.10 – 19.00
<i>Дома.</i> Прогулка с детьми	18.30 – 20.00	19.00 – 20.15	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30	19.00 – 20.30
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 20.35	20.15 – 20.45	20.30 – 21.00	20.30 – 21.00	20.30 – 21.00
Ночной сон	20.35 – 6.30 (7.30)	20.45 - 6.30 (7.30)	21.00 – 6.30	21.00 – 6.30	21.00 – 6.30

**РЕЖИМ ДНЯ (холодный период года)**

Режим	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
-------	------------------	------------------	----------------	----------------	---------------------------------

Дома. Подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30	6.30 – 7.30
<u>В дошкольном учреждении.</u> Прием детей, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.00	7.00 – 8.20	7.00 – 8.25 (+ дежурство)	7.00 – 8.30 (+ дежурство)	7.00 – 8.30 (+ дежурство)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 – 8.20	8.20 – 8.55	8.25 – 8.55	8.30 – 8.55	8.30 – 8.55
Самостоятельная деятельность	8.20 – 9.00	8.55 – 9.20	8.55.-9.00	8.55–9.00	8.50 – 9.00
Подготовка к занятиям, занятия	9.00 – 9.30	9.20 – 9.35	9.00 – 10.00	9.00 – 10.50	9.00 – 11.05
Подготовка к прогулке	9.30 – 10.00	9.35 – 10.10.	10.00 – 10.10	10.50 – 10.55	11.05 – 11.10
Прогулка	10.00 – 11.20	10.10 – 11.35	10.10 – 11.50	10.55 – 12.25	11.10 – 12.35
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.40	11.35 – 12.00	11.50 – 12.15	12.25 – 12.40	12.35 – 12.45
Подготовка к обеду, обед	11.40 – 12.20	12.00 – 12.40	12.15 – 12.50	12.40 – 13.10	12.45 – 13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00	12.40 – 15.00	12.50 – 15.00	13.10 – 15.00	13.15 – 15.00
Постепенный подъем, зарядка после сна, игры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.25	15.25 – 15.50	15.25 – 15.50	15.25 – 15.40	15.25 -15.40
Самостоятельная деятельность, игры, труд	15.25 – 16.00	15.50 -16.15	15.50. – 16.30	15.40 – 16.20	15.40. – 15.25
Занятия по подгруппам	16.00 – 16.20	16.15. 16.30			
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.40	16.30 – 16.50	15.30 – 16.40	16.20 – 16.30	15.25 – 16.30
Прогулка, игры, индивидуальная работа с детьми, работа с родителями	16.40 – 17.30	16.50 -17.50	16.40 – 17.50	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.30 –19.00	17.50 –19.00	17.50 – 19.00	18.00 –19.00	18.00 – 19.00
<i>Дома.</i> Прогулка с детьми	18.30 –19.30	18.30 –19.30	19.00 – 20.00	19.00 –20.00	19.00 – 20.10
Возвращение домой, ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры	19.30 –20.30	20.00 –20.30	20.10 – 20.40	20.00 –21.00	20.10 – 21.00
Ночной сон	20.30 – 6.30 (7.30)	20.30 – 6.30(7.30)	20.40 – 6.30	21.00 – 6.30	21.00 – 6.30

**Примечания:**

- В дни посещения бассейна время прогулки сдвигается (10.00-11.00)
- В дни, когда дети посещают бассейн, время прогулки в дошкольном учреждении уменьшается, родителям рекомендовано увеличить пребывание детей на свежем воздухе до 60-80 минут
- Проводится зарядка после дневного сна

В образовательной организации используются разные режимы дня: общий, адаптационный/щадящий, в зимний/летний период времени, индивидуальные режимы.