

## Режим и распорядок дня

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;
- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в помещении.

За счет гибкой структуры распорядок дня позволяет обеспечить «поточность» и плавный переход от одних режимных моментов к другим. Контроль за выполнением режимов дня в ДОО осуществляют: заведующий, старшая медицинская сестра, педагоги, родители (законные представители).

Периоды реализации Программы делятся на два периода:

- I период - с 1 сентября по 31 мая,
- II период - с 1 июня по 31 августа.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МКДОУ  
детский сад № 10  
\_\_\_\_\_ Е.В. Привалова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г

### Режим дня

#### В разновозрастной группе раннего возраста от 1 года до 3 лет на I период реализации программы с 1 сентября по 31 мая

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
Прием детей на улице, утренний фильтр (термометрия), игровая деятельность, утренняя гимнастика. Возвращение с участка, культурно – гигиенические процедуры	7.30-8.30	1ч.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	30 мин.
Игры, самостоятельная деятельность детей.	9.00-9.10	10 мин.
Занятия в игровой форме по подгруппам *	9.10-9.40	30 мин.
Второй завтрак	9.38-9.48	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка	9.48-11.20	1ч 32мин
Возвращение с прогулки, термометрия, самостоятельная деятельность	11.20-11.30	10мин
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	30 мин.
Спокойные игры, подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	3 ч.
Постепенный подъем, термометрия, самостоятельная деятельность	15.00-15.20	20 мин.
Полдник	15.20-15.45	25 мин.
Занятия в игровой форме по подгруппам *	15.45-16.05	20мин.
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.05-17.30	1 час 26 мин.

**PS:** Продолжительность дневного сна в разновозрастной группе раннего возраста – 3 часа; продолжительность прогулки – 3 часа 48 мин.

\*С одной подгруппой детей проводится занятие, другая подгруппа детей под присмотром младшего воспитателя, детям предлагаются: настольно-печатные игры, сюжетно-ролевые игры и др.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МКДОУ  
детский сад № 10  
\_\_\_\_\_ Е.В. Привалова  
« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г

**Режим дня в разновозрастной группе детей от 3 до 5 лет  
на I период реализации программы с 1 сентября по 31 мая**

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
Приход детей, утренний фильтр (термометрия) свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30-8.00	30 мин
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	10 мин.
Возвращение с участка, культурно – гигиенические процедуры	8.10-8.20	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.20 -8.50	30 мин.
<b>Утренний круг</b>	8.50-9.10	20 мин.
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.10 -10.00	50 мин.
Второй завтрак	10.00-10.10	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка:	10.10-12.00	1ч.50мин.
Возвращение с прогулки, термометрия, самостоятельная деятельность	12.00-12.10	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.10-12.40	30 мин.
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.40-15.10	2 ч.30мин.
Постепенный подъем, термометрия, самостоятельная деятельность	15.10-15.30	20 мин.
Полдник	15.30-15.50	20 мин.
Самостоятельная деятельность	15.50-16.20	30 мин.
<b>Вечерний круг</b>	16.20-16.30	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.30-17.30	1 час.

**PS** Продолжительность дневного сна в разновозрастной группе детей от 3 до 5 лет – 2 часа 30 мин.; продолжительность прогулки– 3 часа 30 мин.

\*Конкретное наполнение совместной образовательной деятельности осуществляется с учетом перспективного планирования педагога, с учетом текущей ситуации в группе на основе инициативы детей.

При организации проектной и событийной деятельности, развивающих игр, других детских активностей, продиктованных интересом детей временных ограничений нет.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МКДОУ  
детский сад № 10  
\_\_\_\_\_ Е.В. Привалова  
«31» августа 2023г

**Режим дня в разновозрастной группе от 4 до 6 лет.  
на I период реализации программы с 1 сентября по 31 мая**

Режимные моменты	Время в режиме дня	Длительность
Приход детей, утренний фильтр (термометрия) свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30-8.05	50мин.
Утренняя гимнастика	8.05-8.15	10 мин.
Возвращение с участка, культурно – гигиенические процедуры	8.15-8.25	10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.45	20 мин.
<b>Утренний круг.</b>	8.45-9.05	20 мин.
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики	9.05 -10.05	1ч.00мин.
Второй завтрак	10.05-10.15	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.05	1 час 50 мин
Возвращение с прогулки, термометрия, самостоятельная деятельность	12.05-12.15	10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.15-12.40	25 мин.
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.40-15.10	2 ч. 30мин
Постепенный подъем, термометрия, самостоятельная деятельность	15.10-15.30	20 мин.
Полдник	15.30-15.50	20 мин.
Самостоятельная деятельность по самоопределению в центрах активности	15.50-16.15	25 мин.
<b>Вечерний круг</b>	16.15-16.25	10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.25 -17.30	1 час 05 мин.

**PS** Продолжительность дневного сна в разновозрастной группе от 4 до 6 лет – 2 ч. 30 мин. Продолжительность прогулки 3ч 45 мин.

\*Конкретное наполнение совместной образовательной деятельности осуществляется с учетом перспективного планирования педагога, с учетом текущей ситуации в группе на основе инициативы детей. При организации проектной и событийной деятельности, развивающих игр, других детских активностей, продиктованных интересом детей временных ограничений нет.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МКДОУ  
 детский сад № 10  
 \_\_\_\_\_ Е.В. Привалова  
 «31» августа 2023г

**Режим дня в разновозрастной группе от 5 до 7 лет.  
 на I период реализации программы с 1 сентября по 31 мая**

Режимные моменты	Время в режиме дня		Длительность
	5-6 лет	6-7 лет	
Приход детей, утренний фильтр (термометрия) свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30-8.10		40мин.
Утренняя гимнастика	8.10 -8.20		10 мин.
Возвращение с участка, культурно – гигиенические процедуры	8.20 -8.30		10 мин.
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50		20 мин.
<b>Утренний круг.</b>	8.50-9.10		20 мин.
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) понедельник, среда, пятница. Вторник, четверг	9.10-10.20	9.10-10.20	1 ч.10мин.
		9.10 -11.05	1 ч.55мин.
Самостоятельная деятельность	10.30-11.05	-	35 мин
Второй завтрак	10.20-10.30		10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка Понедельник, пятница, среда, Вторник, четверг	10.30-12.10		1ч.40 мин.
	11.00-12.10		1ч.10 мин
Возвращение с прогулки, термометрия, самостоятельная деятельность	12.10-12.20		10 мин
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.40		20 мин.
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.40-15.10		2 ч. 30 мин.
Постепенный подъем, термометрия, самостоятельная деятельность	15.10-15.30		20 мин.
Полдник	15.30-15.50		20 мин.
Самостоятельная деятельность	15.50-16.15		25 мин.
Занятия (вторник, четверг)	15.50-16.15	-	10 мин.
<b>Вечерний круг</b>	16.15-16.25		10 мин.
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.25 -17.30		1 час 20 мин.

**PS** Продолжительность дневного сна в разновозрастной группе от 5 до 7 лет – 2 ч. 30 мин.  
 Продолжительность прогулки понедельник, вторник, четверг, пятница –3 часа 40 мин, среда -3 часа 10 мин.