Утверждаю

Заведующая МБДОУ Детский сад «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ю. Ю. Бессонова

Приказ № \_\_\_ от

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 201 \_\_\_ год

**Режим пребывания детей в ДОУ**

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течении суток. основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей. Режим дня составлен с учетом 10,5 часовым пребыванием ребенка в детском саду.

**1 младшая группа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дома*** | **теплый период**  **(лето)** | **холодный период** |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 – 7.30 | 6.30 – 7.30 |
| ***В дошкольном учреждении*** |  |  |
| Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика | 7.30 – 8.20  (на воздухе) | 7.30 – 8.20 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.00 – 8.20 | 8.20 – 8.40 |
| Самостоятельная деятельность  Организованная образовательная деятельность | 8.20 - 9.00  9.00 – 9.30 | 8.40 – 9.00  9.00 – 9.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) | 9.20 – 11.20 | 9.50 – 11.20 |
|  |  |  |
| Возвращение с прогулки, игры | 11.30 – 11.45 | 11.20 – 11.45 |
| Подготовка к обеду, обед | 11.45 – 12.15 | 11.45 – 12.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 12.15 – 15.15 | 12.15 – 15.15 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.15 – 15.30 | 15.15 – 15.30 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.30 – 15.40 | 15.30 – 15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.40 – 16.00 | 15.40 – 16.00 |
| Организованная образовательная деятельность |  | 16.00 – 16.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | 16.00 – 18.00 | 16.30 – 18.00 |
| *Дома* |  |  |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.00 – 18.30 | 18.00 – 18.30 |
| Прогулка | 18.30 – 20.00 | 18.30 – 20.00 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.00 – 20.30 | 20.00 – 20.30 |
| Укладывание, ночной сон | 20.30 – 6.30(7.30) | 20.30 – 6.30(7.30) |

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую нормативами нагрузку.

2 занятия в день продолжительностью не более 10 минут.

**Средняя группа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дома*** | **теплый период**  **(лето)** | **холодный период** |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 – 7.30 | 6.30 – 7.30 |
| ***В дошкольном учреждении*** |  |  |
| Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30 – 8.25  (на воздухе) | 7.30 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25 – 8.55 | 8.25 – 8.55 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.20  (музыкальное) | 9.00 – 9.20  9.30 — 10.00 |
|  |  |  |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) | 9.30 – 12.20 | 10.00 – 12.20 |
| Возвращение с прогулки, игры | 12.20 – 12.30 | 12.10 – 12.30 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.30 – 13.00 | 12.30 – 13.00 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.00 – 15.00 | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 – 15.50 | 15.25 – 15.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.50 -17.00 | 15.50 – 16.30 |
| Чтение художественной литературы | | 16.30 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | | 17.00 – 18.00 |
| ***Дома*** |  |  |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.00 – 18.30 | 18.00 – 18.30 |
| Прогулка | 18.30 – 20.00 | 18.30 – 20.00 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.00 – 20.40 | 20.00 – 20.40 |
| Укладывание, ночной сон | 20.40 – 6.30(7.30) | 20.40 – 6.30(7.30) |

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую нормативами нагрузку.  
  
2 занятия в день продолжительностью не более 20 минут.

**Старшая и подготовительная группы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дома*** | **теплый период**  **(лето)** | **холодный период** |
| Подъем, утренний туалет | 6.30 – 7.30 | 6.30 – 7.30 |
| ***В дошкольном учреждении*** |  |  |
| Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство | 7.30 – 8.30  (на воздухе) | 7.30 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак, игры | 8.30 – 9.00 | 8.30 – 9.00 |
| Организованная образовательная деятельность | 9.00 – 9.30  (на воздухе, кроме музыкального) | 9.00 – 9.30  9.40 — 10.10  10.20 — 10.50 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, индивидуальная работа) | 9.30 – 12.35 | 10.50 – 12.35 |
| Возвращение с прогулки, пальчиковые игры | 12.35 – 12.45 | 12.35 – 12.45 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.45 – 13.15 | 12.45 – 13.15 |
| Подготовка ко сну, дневной сон | 13.15– 15.00 | 13.15 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры | 15.00 – 15.25 | 15.00 – 15.25 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.25 – 15.40 | 15.25 – 15.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.40 – 17.00 | 15.40 – 16.20 |
| Чтение художественной литературы | | 16.20 – 16.40 |
| Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой | | 16.40 – 17.00 |
| *Дома* |  |  |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.00 – 18.30 | 17.00 – 18.30 |
| Прогулка | 18.30 – 20.00 | 18.30 – 20.00 |
| Спокойные игры, гигиенические процедуры | 20.00 – 21.00 | 20.00 – 21.00 |
| Укладывание, ночной сон | 21.00 – 6.30(7.30) | 21.00 – 6.30(7.30) |

В режиме дня указана общая длительность организованной образовательной деятельности, включая перерывы между различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую нормативами нагрузку.

2 занятия в день продолжительностью не более 30 минут.

Утверждаю

Заведующая МБДОУ Детский сад «Солнышко»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ю. Ю. Бессонова

Приказ № \_\_ от

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 201 \_\_\_ год

**График прогулок**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Часть суток** | **Время** |
| Первая младшая группа | Первая половина дня  Вторая половина дня | 9-50 — 11-30  16-10 — 18-00 |
| Средняя | Первая половина дня  Вторая половина дня | 10-00 — 12-10  16-35 — 18-00 |
| Старшая и подготовительная группы | Первая половина дня  Вторая половина дня | 10-50 — 12-35  16-40 — 18-00 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |