



Утверждаю
заведующий Сотова И.С.

Распорядок и режим дня

Организация режима пребывания воспитанников в Учреждении соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста и регламентируется действующим СанПиН., Уставом. Режим дня в Учреждении регламентируется «Правилами внутреннего распорядка обучающихся Муниципального бюджетного дошкольного образовательного Учреждения «Детский сад № 185» и обеспечивает ежедневное пребывание воспитанников в ДОО с 7.00 до 19.00 часов при пятидневной рабочей неделе.

Режим дня воспитанников в детском саду организован с учетом рациональной продолжительности и разумного чередования различных видов деятельности и отдыха в течение времени пребывания воспитанников в детском саду

Режим дня – это локальный акт, который разрабатывается на теплый и холодный период года, утверждается приказом заведующего на начало учебного года, на начало каникул и определяет временные рамки всех режимных моментов.

Все временные изменения вносятся в режим дня с конкретным указанием дней недели, возраста обучающихся.

В период каникул в теплый период года режим дня меняется: вся жизнь детей организуется преимущественно на воздухе (кроме сна и питания), где проводятся разные виды деятельности, закаливающие процедуры.

Режим дня для детей раннего возраста на холодный период

	Режимные моменты	группа раннего возраста (1-2 года)	группа раннего возраста (2-3 года)
1	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, общение	7.00 - 8.00	7.00 - 8.00
2	Утренняя гимнастика		8.00-8.10
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 - 8.30	8.10 - 8.30
3	Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30–9.00	8.30–9.00
4	Игры-занятия	9.00-9.30 (по подгруппам с перерывом в 10 мин.)	9.00-9.30 (по подгруппам с перерывом в 10 мин)
	Организация второго завтрака (рекомендуемая)	9.30 - 9.35	9.35 - 9.40
5	Подготовка к прогулке	9.35–10.00	9.40–10.00
6	Прогулка	10.00-11.30	10.00-11.35
6	Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.35-12.05
7	Подготовка ко сну, сон	12.00–15.00	12.05–15.05
8	Постепенный подъем, гигиенические процедуры	15.00 - 15.20	15.05 - 15.25
9	Подготовка к полднику, полдник	15.20–15.40	15.25–15.45
10	Совместная деятельность взрослого с детьми, общение, формирование культурно- гигиенических навыков	15.40–16.00	15.45–16.00

11	Игры-занятия по подгруппам: 1 подгруппа 2 подгруппа	16.00-16.10 16.20- 16.30	16.00-16.10 16.20- 16.30
12	Игры, самостоятельная деятельность	16.30-16.50	16.30-16.50
	Подготовка к прогулке, прогулка,	16.50 – 18.30	16.50 – 18.30
	Возвращение с прогулки, игры, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00

Режим дня в группах дошкольного возраста на холодный период

Основная деятельность	2младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнастика	7.00-8.00 8.00-8.10	7.00 – 8.00 8.00-8.10	7.00- 8.00 8.00–8.10	8.00 – 8.20 8.20-8.30
Подготовка к завтраку	8.10- 8.25	8.10 – 8.25	8.10-8.25	8.30-8.40
Завтрак	8.25 – 8.45	8.25 – 8.45	8.25 – 8.45	8.40 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.45-9.00	8.45-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Развивающие образовательные ситуации на игровой основе	1. 9.00-9.15 2. 9.25 9.40	1.9.00 – 9.20 2.9.30 – 9.50	1.9.00 – 9.25 2.9.35 –10.00 3.16.00-16.25	.9.00 – 10.50
Второй завтрак	9.40-.9.45	9.50-9.55	10.00-10.05	10.10 – 10.15
Подготовка к прогулке	9.45-10.05	9.55 – 10.10	10.05 – 10.20	10.50 – 12.10
Прогулка	10.05– 11.35	10.10– 11.40	10.20 – 11.50	
Возвращение с прогулки подготовка к обеду	11.35-12.00	11.40 – 12.00	11.50 – 12.05	12.10 – 12.20
Обед	12.00 – 12.25	12.00 – 12.25	12.05 – 12.30	12.20 -12.40 12.40-12.50
Подготовка ко сну	12.25-12.40	12.25 – 12.40	12.30-12.40	

Сон.	12.40.0-15.10-	12.40 – 15.10	12.40 – 15.10	12.50– 15.10
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 - 15.25	15.10 – 15.25	15.10 - 15.30	15.10 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.25–15.45	15.25-15.45	15.30 – 15.50	15.30-15.50
Игры, подготовка к ООД	15.45-16.00		15.50-16.00	
ООД	16.00-16.15		16.00-16.25	
Игры, труд, общение и деятельность по интересам	16.15- 16.45	15.45-16.45	16.25-16.45	15.50-16.30
Подготовка к прогулке	16.45- 17.0.00	16.45 – 17.00	16.45-17.00	16.30-16.50
Прогулка	17.00-18.30	17.00 – 18.30	17.00 – 18.30	16.50-18.30
Возвращение с прогулки. Игры, общение, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00



Утверждаю
заведующий Сотова И.С.

**Режим дня на теплый период года
Ранний возраст**

	Режимные моменты	группа раннего возраста (1,5-2 года)	группа раннего возраста (2-3 года)
1	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, общение	7.00 - 8.00	7.00 - 8.10
2	Утренняя гимнастика		8.00-8.10
3	Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 - 8.30	8.10 - 8.30
4	Совместная деятельность взрослого с детьми: игры, общение	8.30-9.00	8.30-9.00
5	Второй завтрак	9.30-9.40	9.35-9.45
6	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.00-11.30	9.00-11.30
7	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
8	Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00	12.00-15.00
9	Постепенный подъем, гигиенические процедуры, воздушные ванны	15.00 - 15.25	15.00 - 15.20
10	Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50	15.20-15.50
11	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки. Уход домой	15.50 - 19.00	15.50- 19.00

Режим дня на теплый период года
Дошкольный возраст

Основная деятельность	2младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренний прием, игры, общение, утренняя гимнаст.	7.00-8.00 8.00-8.10	7.00 – 8.00 8.00-8.10	7.00- 8.00- 8.00– 8.10	8.00 – 8.10 8.10-8.20
Подготовка к завтраку	8.10- 8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.20-8.30
Завтрак	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40	8.20 – 8.40	8.30 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.40.-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.45- 9.00
Второй завтрак	9.50-10.00	9.55-10.00	10.00.-10.10	10.10– 10.20
Прогулка: игры, наблюдения, совместная и самостоятельная деятельность детей, солнечные и воздушные процедуры	9.00-11.30	9.00 -11.40	9.00 – 11.45	9.00-12.00
Возвращение с прогулки, водные гигиенические процедуры	11.30-11.50	11.40 – 12.00	11.45 – 12.00	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, - обед	11.50-12.20	12.00 – 12.25	12.00 – 12.25	12.15.-12.35
Подготовка ко сну	12.20-12.40	12.25 – 12.40	12.25.12.40	12.35 -12.45
Сон.	12.40-15.10	12.40 – 15.10	12.40– 15.10	12.45– 15.15
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10 – 15.25	15.10 – 15.25	15.10 - 15.30	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.25–15.50	15.25-15.45	15.30 – 15.50	15.30-15.50
Игры, подготовка к прогулке	15.50-16.20	15.45 – 16.10	15.50-16.10	15.50-16.10
Прогулка, уход домой	16.20-19.0.0	16.10 – 19.00	16.10 – 19.00	16.10-19.00