

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от «28» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО:  
И.о. заведующего «МБДОУ № 7»  
\_\_\_\_\_ Ларионова М.А.  
Приказ от «29» августа 2024 г. № 218

**РЕЖИМ ДНЯ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**  
**«ДЕТСКИЙ САД № 7»**  
**2024-2025 учебный год**

## Режим дня

### Пояснительная записка

В каждой возрастной группе организуется соответствующий возрастным особенностям режим дня. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. Распорядок дня включает:

- Прием пищи (завтрак, обед, полдник и ужин).
- Ежедневная прогулка детей, её суммарная продолжительность составляет не менее 3 – 4 часов.

Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

Дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Перед сном исключается проведение подвижных эмоциональных игр.

Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

Образовательная деятельность (ОД). Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей раннего возраста составляет 1 час 40 минут. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

Продолжительность ОД для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет - не более 10 мин,

для детей 4-го года жизни - не более 15 минут,

для детей 5-го года жизни - не более 20 минут,

для детей 6-го года жизни - не более 25 минут,

для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в группах раннего возраста – не превышает 20 минут (10 минут – в первой половине дня, 10 минут – во второй половине дня) в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на ОД, проводится физкультминутка. Перерывы между периодами ОД - не менее 10 минут. ОД с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется также во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25 - 30 минут в день. В середине ОД статического характера проводится физкультминутка. ОД по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется не менее 3 раз в неделю. Ее длительность 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 5 - 7 лет круглогодично организовывается ОД по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. Физическая культура на прогулке для детей 2-5 лет проводится в форме подвижной игры.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях ОД по физическому развитию максимально организуется на открытом воздухе. ОД физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Домашние задания воспитанникам ДОО не задаются.

Каникулы. В середине года (декабрь) для воспитанников дошкольных групп организовываются недельные каникулы, во время которых проводят ОД только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, физкультурные и занятия художественным творчеством).

В дни каникул и в летний оздоровительный период проводятся различные виды игр, спортивные и музыкальные праздники, экскурсии, развлечения.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

## Режим дня на 2024 – 2025 учебный год. Дошкольные группы

Группа	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Старшая группа комб. напр. для детей с ТНР	Разновозрастная группа комб. напр. для детей с ЗПР 5-7 лет	Подготов. к школе группа	Подготов.к школе группа комб. напр. для детей с ТНР
Прием и осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00- 8.00	7.00- 8.00	7.00- 8.00	7.00-8.10	7.00- 8.18	7.00-8.00	7.00-8.00
Утренняя зарядка	8.05-8.10 (муз.зал)	8.10-8.20 (муз. зал)	8.10-8.20 (физ. зал)	8.10-8.20 (физ.зал)	8.20-8.30 (муз. зал)	8.20-8.30 (физ.зал)	8.20-8.30 (физ.зал)
Получение пищи	8.10	8.15	8.20	8.20	8.20	8.30	8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.40-8.50	8.40-8.50
Подготовка к занятиям	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая перерывы между занятиями, не менее 10 мин, гимнастику в процессе занятия – 2 мин)	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00- 10.30	9.00- 10.30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30
Завтрак 2	9.50-10.00	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.15-10.20	10.15-10.20
Игры, свободная деятельность, инд.работа со специалистами (согласно сетке ОД)	-	-	10.10-10.30	10.10-10.30	10.10-10.30	10.20-10.50	10.20-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30	10.10-11.40	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	10.50-12.15	10.50-12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.30-11.50	11.40-12.00	12.00-12.20	12.00-12.20	12.00-12.20	12.15-12.30	12.15-12.30
Получение пищи	11.40	12.00	12.10	12.15	12.15	12.30	12.30

Подготовка к обеду, дежурство, обед	11.50-12.15	12.10-12.30	12.20-12.40	12.20-12.40	12.20-12.40	12.40-12.50	12.40-12.50
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.15-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Получение пищи	15.00	15.20	15.25	15.25	15.25	15.30	15.30
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.35-15.45	15.35-15.45
Занятия со специалистами, кружки, образовательная деятельность (согласно сетке ОД), игры	15.40-16.20	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30	15.45-16.30	15.45-16.30
Получение пищи	16.20	16.30	16.30	16.35	16.35	16.40	16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.30-16.45	16.40-16.55	16.35-16.50	16.40-16.55	16.40-16.55	16.45-17.00	16.45-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная деятельность)	16.45-18.20	16.55-18.20	16.50-18.20	16.55-18.40	16.55-18.40	17.00-18.40	17.00-18.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.20-19.00	18.20-19.00	18.20-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00	18.40-19.00

## Режим дня на 2024-2025 уч.год. Группы раннего возраста

Группа	Первая группа раннего возраста 1,5 – 2 года	Вторая группа раннего возраста 2 – 3 года
Прием и осмотр, игры	7.00- 8.00	7.00- 8.00
Игровая утренняя зарядка	8.00 - 8.05 (группа)	8.00- 8.05 (группа)
Получение пищи	8.00	8.05
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.30	8.15-8.40
Активное бодрствование	8.30-9.00	8.40-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.00-9.10	9.00-9.10
	9.20-9.30	9.20-9.30
Завтрак 2	9.30-9.40	9.30-9.40
Активное бодрствование, игры Подготовка к прогулке, прогулка	1 половина года 9.40-11.00 Со 2 половины года 9.40- 11.00	- 9.40-11.00
ЧХЛ, инсценировки Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, игры, совместная деятельность	1 половина года 11.00-11.30 Со 2 половины года 11.00- 11.30	В отсутствие прогулки 11.00-11.30 11.00- 11.30
Получение пищи	11.30	11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40-12.00	11.50-12.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 - 15.00	12.10-15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 – 15.25	15.00-15.25
Получение пищи	15.00	15.00
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40
Игры, совместная деятельность, занятия в игровой форме (согласно сетке ОД)	15.40-16.20	15.40-16.20
Получение пищи	16.10	16.15
Подготовка к ужину, ужин	16.20-16.40	16.25-16.45
Игры, совместная деятельность, уход домой	1 полугодие 16.40-19.00	-
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, совместная деятельность)	Со 2 полугодия 17.00-18.15	16.45 -18.15
Возвращение с прогулки, совместная деятельность, уход домой	18.15-19.00	18.15-19.00