



## **Режим дня и распорядок МБДОУ -детский сад №168**

**Дошкольное образовательное учреждение МБДОУ -детский сад №168 функционирует в режиме:**

- полного дня (10,5-часового пребывания)
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 07.30 до 18.00;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

### **Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении**

- Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразно сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования.

- Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.

- Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: на теплый и холодный периоды года.

- Для воспитанников, вновь поступающих в детский сад, предполагается режим постепенного вхождения в группу, а также организован консультационный пункт в течение года с проведением мероприятий для будущих воспитанников.

- На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям врача или старшей медицинской сестры.

- В период летнего оздоровительного периода в МБДОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.

- Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

### **Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:**

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках основной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

### **Основные принципы построения режима дня:**

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);
- организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МБДОУ осуществляет медицинская сестра.

### **Организация сна**

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся.

При организации сна учитываются следующие правила:

- В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
- Спальню (помещение) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
- Допускаются такие граничные показатели: спальная варьируется в рамках 19-21, но лучше всего – 21 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.
- Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.
- Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарства и дезинфицирующих растворов.
- Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

#### **Организация прогулки**

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ составляет около 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. На утреннюю прогулку отводится больше времени – 2 часа, на вечернюю прогулку меньше – 1 час.

Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28–30 °С, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы в самую жару уйти в помещение.

#### **Температурный режим**

Контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи воспитателей, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей. Так, кроме соблюдения температурного режима, обязательно контролировать влажность воздуха и проветривание помещений.

По СанПин проветриванию подлежат все комнаты, в которых играют, занимаются или отдыхают малыши. И проводится процедура согласно таким нормам:

- минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;

- заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;
- одностороннее в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

Влажность воздуха в комнатах детского сада не должна подниматься выше 60% и не может быть ниже 40. Что касается температуры, то допускаются такие граничные показатели:

- игровая в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса;
- спальная варьируется в рамках 19-21, но лучше всего – 21 орп.

*Допускается небольшое отклонение от фиксированных нормативов, но только в сторону уменьшения показателей. Превышение максимально допустимых цифр – строго запрещено.*

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

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

При составлении режима дня (*теплый, холодный периоды года*) учитывается:

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 N 32 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 СанПиН 1.2.3685-21. « Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания.

– Примерный режим дня составлен в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования

**Распорядок (режим) дня**  
(Холодный период года)

<i>Режимные моменты</i>	<b>1,5 – 3 года</b>	<b>3 – 4 года</b>	<b>4 – 5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
Утренний прием детей, осмотр, игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками.	7.30-8.30	07.30-08.30	07.30-08.30	07.30-08.30	07.30-08.30
Общение с родителями	8.30-8.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	8.15-8.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30	08.00-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	8.30-9.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Игровая, самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям	-	-	9.00-9.15	9.00-9.15	
Занятия	9.30-9.40 9.50-10.00	09.20-10.00	9.15-10.05	9.15-10.15	9.00-10.50
Второй завтрак	10.00-10.10	10.00-10.10	10.05-10.15	10.15-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	11.10-10.30	10.10-10.30	10.15-10.30	10.20-10.30	10.50-12.00
Прогулка. Наблюдение и экспериментирование с объектами неживой природы, самостоятельные и совместные игры: отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей	10.30-11.30	10.30-11.30	10.30-12.00	10.30-12.00	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед	11.30-12.00	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
Обед. Подготовка ко сну.	12.00-12.30	12.00-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Дневной сон.	12.30-15.30	15.00-15.30			
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.30-15.45	15.30-16.00	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.50-16.00	11.30-12.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия	16.00-16.10 16.20-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.25	16.00-16.40
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-17.00	16.25-17.00	16.40-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-17.10	17.00-18.00

Прогулка .Самообслуживание и элементарные трудовые действия, игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	17.10-18.00	17.10-18.00		17.10-18.00	17.00-18.00
Уход детей домой	До 18.00	До 18.00	До 18.00	До 18.00	До 18.00

**Распорядок (режим) дня  
(Теплый период года)**

<i>Режимные моменты</i>	<b>1,5 – 3 года</b>	<b>3 – 4 года</b>	<b>4 – 5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
Прием детей, осмотр, игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами, ситуативно – деловое общение со взрослыми и эмоционально-практическое со сверстниками. Общение с родителями. Утренняя гимнастика	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.30	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.15
Прогулка, игры самостоятельная деятельность детей, занятия	9.30-10.00	9.20-12.00	9.15-12.10	9.15-12.20	9.15-12.30
Второй завтрак	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.30	10.00-10.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.30-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.10-12.30	12.20-12.40	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30	12.30-15.00	12.40-15.10	12.40-15.10	12.50-15.20
Подготовка, уплотненный полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.45	15.30-16.45	15.40-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.00-18.00	16.00-18.00	16.45-18.00	16.45-18.00	16.00-18.00

**Примерный режим и распорядок дня в группе детей от 1,5 лет до 2-х лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр, игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.15-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	08.30-09.00
<b>Активное бодрствование детей</b> (предметная, экспериментирование с материалами и веществами, двигательная, музыкальная, изобразительная, речевая деятельность) **	
<i>Занятия в игровой форме по подгруппам</i>	09.30-09.40 09.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.10-10.30
<i>Прогулка</i>	10.30-11.30
Наблюдение и экспериментирование с объектами неживой природы, самостоятельные и совместные игры: отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30-12.00
Обед. Подготовка ко сну.	12.00-12.30
Дневной сон.	12.30-15.30
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.30-15.45
Подготовка к полднику, уплотненный полдник***	15.50-16.00
<b>Активное бодрствование детей</b> (предметная, экспериментирование с материалами и веществами, двигательная, музыкальная, изобразительная, речевая деятельность)	
<i>Занятия в игровой форме по подгруппам</i>	16.00-16.10 16.20-16.30
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00-17.10
<i>Прогулка</i>	17.10-18.00
Самообслуживание и элементарные трудовые действия, игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	
Уход детей домой	до 18.00

**Примерный режим и распорядок дня в группе детей от 2-х лет до 3-х лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр, игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.00-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак	08.30-09.00
<b>Активное бодрствование детей</b> (предметная, экспериментирование с материалами и веществами, двигательная, музыкальная, изобразительная, речевая деятельность) **	
<b>Занятия в игровой форме по подгруппам</b>	09.30-09.40 09.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.10-10.30
<i>Прогулка***</i>	
Наблюдение и экспериментирование с объектами неживой природы, самостоятельные и совместные игры: отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей	10.30-11.30
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30-12.00
Обед. Подготовка ко сну.	12.00-12.30
Дневной сон.	12.30-15.30
Постепенный подъем, гигиенические процедуры.	15.30-15.45
Подготовка к полднику, полдник****	15.50-16.00
<b>Активное бодрствование детей</b> (предметная, экспериментирование с материалами и веществами, двигательная, музыкальная, изобразительная, речевая деятельность)	
<b>Занятия в игровой форме по подгруппам</b>	16.00-16.10 16.20-16.30
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00-17.10
<i>Прогулка***</i>	
Самообслуживание и элементарные трудовые действия, игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	17.10-18.00
Уход детей домой	до 18.00

**Примерный режим и распорядок дня в группе детей от 3-х лет до 4-х лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр. Игровые ситуации, ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное общение со взрослым и сверстниками. Индивидуальная работа.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.00-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры. Дежурство. завтрак	08.30-09.00
Игровая деятельность. Самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	09.00-09.20
<b>Занятия в игровой форме (включая гимнастику (при необходимости) в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</b>	
<i>Игровая, речевая, познавательно-исследовательская и экспериментирование; изобразительная, конструирование из разных материалов, двигательная, самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд, музыкальная деятельность**</i>	09.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.10-10.30
<i>Прогулка***</i>	
Наблюдение, экспериментирование, игровая, двигательная деятельность, элементарная трудовая деятельность, свободное общение педагога с детьми.	10.30-11.30
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Дежурство.	11.30-12.00
Обед. Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Дежурство. Полдник****	15.30-16.00
<b>Культурные практики: игровая (театрализованная), продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная, чтение художественной литературы. Культурно-досуговая деятельность. ***** Самостоятельная деятельность.</b>	16.00-16.30
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, внеситуативно-деловое общение со взрослым, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00-17.10
<i>Прогулка***</i>	
Игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	17.10-18.00
Уход детей домой	до 18.00

\* утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 мин.

Конкретное время СП определяется самостоятельно.

\*\* в соответствии с циклограммой совместной образовательной деятельности педагога с детьми

\*\*\* согласно СанПиН 1.2.3685-21 прогулка может быть сокращена

\*\*\*\* «уплотненный» полдник с включением блюд ужина согласно пунктам 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН

2.3/2.4.3590-20

\*\*\*\*\* не менее 1 раза в неделю



**Режим и распорядок дня в группе детей от 4-х лет до 5-ти лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр. Игровые ситуации, ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное общение со взрослым и сверстниками. Индивидуальная работа.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.00-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры. Дежурство. завтрак	08.30-09.00
Игровая деятельность. Самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям.	09.00-09.15
<b>Занятия в игровой форме (включая гимнастику (при необходимости) в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</b>	
<i>Игровая, речевая, познавательно-исследовательская и экспериментирование; изобразительная, конструирование из разных материалов, двигательная, самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд, музыкальная деятельность**</i>	09.15-10.05
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.15-10.30
<i>Прогулка***</i>	10.30-12.00
Наблюдение, экспериментирование, игровая, двигательная деятельность, элементарная трудовая деятельность, свободное общение педагога с детьми.	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Дежурство. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Дежурство. Полдник****	15.30-16.00
<b>Культурные практики: игровая (театрализованная), продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная, чтение художественной литературы. Культурно-досуговая деятельность. Проектная деятельность. ***** Самостоятельная деятельность.</b>	16.00-16.30
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, внеситуативно-деловое общение со взрослым, самостоятельная деятельность.	16.30-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00–17.10
<i>Прогулка***</i>	17.10-18.00
Игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	
Уход детей домой	до 18.00

\* утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 мин.  
Конкретное время СП определяется самостоятельно.

\*\* в соответствии с циклограммой совместной образовательной деятельности педагога с детьми

\*\*\* согласно СанПиН 1.2.3685-21 прогулка может быть сокращена

\*\*\*\* «уплотненный» полдник с включением блюд ужина согласно пунктам 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

\*\*\*\*\* не менее 1 раза в неделю

**Режим и распорядок дня в группе детей от 5-ти лет до 6-и лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр. Игровые ситуации, ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное общение со взрослым и сверстниками. Индивидуальная работа.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.00-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры. Дежурство. завтрак	08.30-09.00
Игровая деятельность. Самостоятельная деятельность. Подготовка к занятиям. самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд.	09.00-09.15
<b><i>Занятия в игровой форме (включая гимнастику (при необходимости) в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</i></b>	
<i>Игровая, речевая, познавательно-исследовательская и экспериментирование; изобразительная, конструирование из разных материалов, двигательная, ручной труд, музыкальная деятельность**</i>	09.15-10.15
Второй завтрак	10.15-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.20-10.30
<i>Прогулка***</i>	10.30-12.00
Наблюдение, экспериментирование, игровая, двигательная деятельность, элементарная трудовая деятельность, свободное общение педагога с детьми.	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Дежурство. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Дежурство. Полдник****	15.30-16.00
Культурно-досуговая деятельность. Проектная деятельность. ***** Самостоятельная деятельность.	16.00-17.00
<b><i>Занятия в игровой форме (музыкальная, экспериментирование, познавательно-исследовательская, театрализованная и др.)**</i></b>	16.00-16.25
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальные игры, внеситуативно-деловое общение со взрослым, самостоятельная деятельность.	16.25-17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	17.00-17.10
<i>Прогулка***</i>	17.10-18.00
Игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	
Уход детей домой	до 18.00

\* утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 мин. Конкретное время СП определяет самостоятельно.

\*\* в соответствии с циклограммой совместной образовательной деятельности педагога с детьми

\*\*\* согласно СанПиН 1.2.3685-21 прогулка может быть сокращена

\*\*\*\* «уплотненный» полдник с включением блюд ужина согласно пунктам 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

\*\*\*\*\* не менее 1 раза в неделю

**Режим и распорядок дня в группе детей от 6-ти лет до 7(8)-и лет  
холодный период года  
10,5-и часовое пребывание**

<i>Содержание</i>	<i>Время</i>
Утренний прием детей, осмотр. Игровые ситуации, ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное общение со взрослым и сверстниками. Индивидуальная работа.	07.30-08.30
Общение с родителями	07.30-08.00
Утренняя гимнастика*	08.15-08.30
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры. Дежурство. завтрак	08.30-09.00
<b>Занятия в игровой форме (включая гимнастику (при необходимости) в процессе занятия -2 минут перерывы между занятиями, не менее 10 минут)</b>	
<i>Игровая, речевая, познавательно-исследовательская и экспериментирование; изобразительная, конструирование из разных материалов, двигательная, самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд, музыкальная деятельность**</i>	09.00-10.50
Второй завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	10.50-12.00
<i>Прогулка***</i>	
Наблюдение, экспериментирование, игровая, двигательная деятельность, элементарная трудовая деятельность, свободное общение педагога с детьми.	
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Дежурство. Обед.	12.00-12.30
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30-15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Дежурство. Уплотненный полдник****	15.30-16.00
<b>Культурные практики: игровая (театрализованная), продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная, чтение художественной литературы. Культурно-досуговая деятельность. Проектная деятельность. ***** Самостоятельная деятельность.</b>	16.00-16.40
Свободное общение педагога с детьми, игровая деятельность, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	16.40– 17.00
Подготовка к прогулке. Выход на прогулку.	
<i>Прогулка***</i>	
Игры, двигательная деятельность. Общение с родителями.	17.00-18.00
Уход детей домой	до 18.00

\* утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 мин. Конкретное время СП определяет самостоятельно.

\*\* в соответствии с циклограммой совместной образовательной деятельности педагога с детьми

\*\*\* согласно СанПиН 1.2.3685-21 прогулка может быть сокращена

\*\*\*\* «уплотненный» полдник с включением блюд ужина согласно пунктам 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

\*\*\*\*\* не менее 1 раза в неделю

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236602

Владелец Салимова Татьяна Николаевна

Действителен с 14.08.2024 по 14.08.2025