Режим дня.

Режим пребывания воспитанников в ДОО организован в соответствии с Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Режим дня предполагает:

- четкую организацию на возрастные, физические и психологические возможности детей;
- опору на индивидуальные особенности детей, что проявляется в определении времени сна и прогулки, соблюдением интервалов между приемами пищи;
- наличие целесообразного соотношения организованной взрослыми и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема учебной нагрузки.

Основные принципы построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, с учетом теплого и холодного периода года.

В ДОО используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей и т.д. При проведении режимных процессов педагоги придерживается следующих правил:

- своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учёт потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку.

Режим дня детей на холодный период года.

Режимные моменты	**Тип деятельности**	**1 -младшая группа 2-3 года**		**2-я младшая группа 3-4года**		**Средняя группа 4-5 лет**		**Старшая группа 5-6 лет**		**Подготовительная группа 6-7 лет**	
		Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность
Приём детей, свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	ОДРМ, СД	7.00-8.10	1 ч 10мин (50мин/ 20мин)	7.00-8.10	1 ч 10 мин (45мин/ 25мин)	7.00-8.10	1 ч 10 мин (45мин/ 25мин)	7.00-8.15	1ч 15 мин (35мин/ 40мин)	7.00-8.15	1 ч 15мин (30мин/ 45мин)
Утренний круг	ОДРМ	8.10-08.20	10 мин	8.10-08.20	10 мин	8.10-8.20	10 мин	8.15-8.30	15 мин	8.15-8.30	15 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	ОДРМ	8.20-8.45	25 мин	8.20 -8.45	25 мин	8.20-8.45	25 мин	8.30- 8.50	20мин	8.30-8.50	20 мин
Подготовка к образовательной деятельности, самостоятельная деятельность	ОДРМ	8.45- 9.00	15мин	8.45-9.00	15мин	8.45-9.00	15 мин	8.50-9.00	10мин	8.50-9.00	10мин
Образовательная деятельность, перерыв	НОД, ОДРМ	9.00- 9.10/ 9.20-9.30	10 мин 10мин	9.00-9.15 9.25-9.40	30 мин 10мин	9.00-9.20 9.30-9.50	40мин 10мин	9.00-9.25 9.35-10.00	50 мин 10мин	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	1ч30 мин 20мин

Организованная деятельность, свободная деятельность	СД ОДРМ,	9.30- 9.50 9.50- 10.15	20 мин 25 мин	9.40- 10.00 10.00-10.20	20 мин 20мин	9.50- 10.05 10.05-10.20	15мин 15мин	10.00-10.25 10.35-10.50	25мин 15 мин	-	-
Подготовка к завтраку, второй завтрак	ОДРМ	10.15-10.30	15 мин.	10.20-10.35	15мин	10.20-10.35	15 мин	10.25-1035	10 мин	10.50-11.00	10мин
Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность	ОДРМ, СД	10.30- 11.30	60 мин (40мин/ 20мин)	10.35-12.05	1ч 30мин (60мин/ 30мин)	10.35-12.05	1ч 30мин (60мин/ 30мин)	10.50-12.20	1ч 30 мин (40мин/ 50мин)	11.00-12.20	1 ч 20 мин (30мин/ 50мин)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	ОДРМ	11.30-11.45	15мин	12.05-12.20	15мин	12.05-12.20	15 м ни	12.20-12.30	10 мин	12.20-12.30	10мин
Подготовка к обеду, обед	ОДРМ	11.45-12.15	30 мин	12.20.-12.45	25 мин	12.20-12.45	25 мин	12.30-12.50	20мин	12.30-12.50	20 мин
Подготовка ко сну, сон	ОДРМ	12.15-15. 15	3ч	12.45-15.15	2ч 30 мин	12.45-15.15	2ч 30мин	12.50-15.20	2ч 30мин	12.50-15.20	2ч 30мин
Постепенный подъём, гимнастика после сна	ОДРМ	15.15-15.30	15мин	15.15-15.30	15мин	15.15-15.30	15 мин	15.20-15.30	10 мин	15.20-15.30	10мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	ОДРМ	15.30- 15.55	25мин	15.30- 15.55	25мин	15.30- 15.55	25 мин	15.30- 15.50	20 мин	15.30- 15.50	20мин
Чтение художественной литературы Образовательная деятельность	ОДРМ, НОД	15.55-16.05 16.15-16.25	10 мин 10мин	15.55-16.10	15 мин	15.55-16.15	20мин	15.50 –16.15	25 мин	15.50-.16.20	30 мин
Вечерний круг	ОДРМ	16.25- 16.35	10мин	16.10-16.20	10мин	16.15-16.25	10мин	16.15-16.30	15 мин	16.20-16.35	15 мин

Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность	ОДРМ, СД	16.35-18.35	2ч (60мин/ 60мин)	16.20-18.00	1ч 40мин (60мин/ 40мин)	16.20-18.00	1ч 40мин (60мин/ 40мин	16.30 –18.10	1ч 40 мин (50мин/ 50мин)	16.35-18.15	1ч 40мин (40 мин/ 60мин)
Возвращение с прогулки, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой.	ОДРМ, СД	18.35-19.00	35 мин (10мин/ 15мин)	18.00-19.00	1ч (10мин/ 50мин)	18.00-19.00	1ч (10мин/ 50мин)	18.10-19.00	50 мин (10мин/ 40мин)	18.15-19.00	45 мин (10мин/ 35мин)

Общий подсчет времени	***Образовательная деятельность в режимных моментах***	9ч 25мин	8ч 45 мин	8ч 35 мин	7ч 45мин/7ч 20мин	7ч 20 мин
	Непосредственно образовательная деятельность	20 мин	30 мин	40 мин	50мин/1ч 15мин	1ч 30мин
	Свободная деятельность	2 ч 15мин	2 ч 45мин	2 ч 45мин	3ч 25 мин	3ч 10 мин
	Прогулка	3ч	3ч10мин	3ч10мин	3 ч 10 мин	3ч
	Сон	3ч	2ч 30мин	2ч 30мин	2 ч30мин	2ч30мин

Режим дня детей в теплый период года.

Режимные моменты	**Тип деятельности**	**1 -младшая группа 2-3 года**		**2-я младшая группа 3-4года**		**Средняя группа 4-5 лет**		**Старшая группа 5-6 лет**		**Подготовительная группа 6-7 лет**	
		Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность	Время в режиме дня	Длительность
Приём детей на улице, свободная, организованная, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	ОДРМ, СД	7.00-8.25	1 ч 25мин (55мин/ 30мин)	7.00-8.25	1 ч 25 мин (50мин/ 35мин)	7.00-8.25	1 ч 25 мин (50мин/ 35мин)	7.00-8.25	1ч 25 мин (30мин/ 55мин)	7.00-8.25	1 ч 25мин (30мин/ 55мин)
Утренний круг	ОДРМ	8.25-8.35	10 мин	8.25-8.35	10 мин	8.25-8.35	10мин	8.25-8.40	15 мин	8.25-8.40	15 мин
Подготовка к завтраку, завтрак	ОДРМ	8.35-9.00	25 мин	8.35-9.00	25 мин	8.35-9.00	25 мин	8.40-9.00	20мин	8.40-9.00	20 мин
Организованная познавательная деятельность	ОДРМ	9.00-9.10	10мин	9.00- 9.15	15мин	9.00- 9.20	20 мни	9.00-9.25	25мин	9.00-9.30	30мин
Подготовка к прогулке, прогулка, организованная двигательная деятельность, свободная деятельность	ОДРМ СД	9.10- 10.30	1ч 20 мин (20мин/ 60мин)	9.15- 10.30	1ч 15 мин (30мин/ 45мин)	9.20- 10.30	1ч 10 мин (30мин/ 40мин)	9.25-10.30	1 ч 05 мин (40мин/ 25мин)	9.30-10.30	1 ч (40мин/ 20мин)

Подготовка к завтраку, второй завтрак	ОДРМ	10.30-10.45	15 мин.	10.30-10.45	15мин	10.30-10.45	15мин	10.30-10.40	10 мин	10.30-10.40	10мин
Прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность	ОДРМ, СД	10.45-11.15	30 мин	10.45-11.50	1ч 05мин (30мин/ 35мин)	10.45-11.55	1ч 10 мин (30мин/ 40мин)	10.40-12.10	1ч 30 мин (30мин/ 60мин)	10.40-12.10	1 ч 30 мин (20мин/ 70мин)
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	ОДРМ	11.15-11.45	30мин	11.50-12.20	30мин	11.55-12.20	25мин	12.10-12.30	20 мин	12.10-12.30	20мин
Подготовка к обеду, обед	ОДРМ	11.45-12.15	30 мин	12.20.-12.45	25 мин	12.20-12.45	25 мин	12.30-12.50	20мин	12.30-12.50	20 мин
Подготовка ко сну, сон	ОДРМ	12.15-15. 15	3ч	12.45-15.15	2ч 30 мин	12.45-15.15	2ч 30 мин	12.50-15.20	2ч 30мин	12.50-15.20	2ч 30мин
Постепенный подъём, гимнастика после сна	ОДРМ	15.15-15.30	15мин	15.15-15.30	15мин	15.15-15.30	15мин	15.20-15.30	10 мин	15.20-15.30	10мин
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	ОДРМ	15.30- 15.55	25мин	15.30- 15.55	25мин	15.30- 15.50	205мин	15.30- 15.50	20 мин	15.30- 15.50	20мин
Чтение художественной литературы	ОДРМ	15.55-16.05	10 мин	15.55-16.10	15 мин	15.50-16.10	20 мин	15.50 –16.15	25 мин	15.50-.16.20	30 мин
Вечерний круг	ОДРМ	16.05- 16.15	10мин	16.10-16.20	10мин	16.10-16.20	10мин	16.15-16.30	15 мин	16.20-16.35	15 мин
Подготовка к прогулке, прогулка, организованная, самостоятельная, свободная деятельность	ОДРМ, СД	16.15-18.15	2ч (60мин/ 60мин)	16.20-18.00	1ч 40мин (50мин/ 50мин)	16.20-18.00	1ч 40мин	16.30 –18.10	1ч 40 мин (40мин/ 60мин)	16.35-18.15	1ч 40мин (40 мин/ 60мин)

Возвращение с прогулки, самостоятельная, свободная деятельность, уход домой.		ОДРМ, СД	18.15-19.00	45 мин (10мин/ 35мин)	18.00-19.00	1ч (10мин/ 50мин)	18.00-19.00	(50мин/ 50мин)	18.10-19.00	50 мин (10мин/ 40мин)	18.15-19.00	45 мин (10мин/ 35мин)
Общий подсчет времени	***Образовательная деятельность в режимных моментах***		8ч 25мин		8ч 25 мин		8ч 15 мин		8ч		8ч	
	Свободная деятельность		3 ч 35мин		3ч 35мин		3ч 45 мин		4ч		4ч	