

Муниципальное
бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«детский сад №12 «Рябинка»»
Городского округа город Шарья Костромской области

Костромская обл., г.Шарья, пгт Ветлужский, ул.Энтузиастов, д.12 «а»

Тел.: 8(49449) 55-610 E-mail dryabinka@yandex.ru

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
(протокол от « 29 » 08 2024г. Л 1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от «31» 08 2024г. № 58
Заведующий _____/Ю.В.Кострова/

РЕЖИМ ДНЯ ГРУПП

Муниципального
бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«детский сад № 12 «Рябинка»»
городского округа город Шарья Костромской области
на **2024-2025 учебный год**

г.Шарья, 2024

Пояснительная записка

Режим работы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 12 «Рябинка» городского округа город Шарья Костромской области (далее – МБДОУ «д/с №12 «Рябинка»», ДОО – 12-ти часовое пребывание детей дошкольного возраста, с 7.00 до 19.00 часов.

Режим дня ДОО составлен в соответствии с требованиями:

1. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 №28;
2. СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 №2.

Показатель	Временной отрезок	
Продолжительность дневного сна	1-3 года – 3 часа 4-7 лет – 2,5 часа (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Суммарный объем двигательной активности	Не менее 1 часа в день для всех детей (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Длительность утренней зарядки	Не менее 10 минут (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Время начало занятий	Не ранее 08.00 (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Время окончания занятий	Для дошкольной программы – до 17.00, дополнительной – 19.00 (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Продолжительность одного образовательного занятия	<ul style="list-style-type: none"> • 15 мин. – для детей от 3-4 лет; • 20 мин. – для детей от 4-5 лет; • 25 мин. – для детей от 5-6 лет; • 30 мин. – для детей от 6-7 лет. (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Продолжительность суммарной дневной образовательной нагрузки в течение дня, не более	<ul style="list-style-type: none"> • 30 мин. – для детей от 3-4 лет; • 40 мин. – для детей от 4-5 лет; • 50 мин. или 75 мин. при организации образовательного занятия после дневного сна – для детей от 5-6 лет; • 90 мин. – для детей от 6-7 лет. (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Перерывы между занятиями	Не менее 10 мин. (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Перерыв во время занятий для гимнастики	Не менее 2-х минут (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21)	
Продолжительность прогулок	Не менее 3ч. в день (таблица 6.7 СанПин 1.2.3685-21). Если температура воздуха ниже – 15 °С, а скорость ветра более 7 м/ч, продолжительность поручите сократить (п.185 СанПин 1.2.3685-21)	
Время приема пищи	Приложение №10к СанПин 2.3/2.4.3590-20 Таблица 4.	
	Время приема пищи	Прием пищи
	8.30-9.00	Завтрак
	10.30-11.00	Второй завтрак
	12.00-13.00	Обед
	16.05-16.45	Уплотненный полдник *(подп. 8.1.2.2 п.8.1 СанПин 2.3/2.4.3590-20_

Сезон года: холодный период года

Режимные мероприятия	Возраст			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием (осмотр детей, термометрия); Игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.00-08.00 <i>1.ч</i>	07.00-08.00 <i>1.ч</i>	07.00-08.00 <i>1.ч</i>	07.00-08.00 <i>1.ч</i>
Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	-	-	-	08.00-08.20 <i>20 мин.</i>
Утренняя гимнастика	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.20-08.30 <i>10 мин.</i>
Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	-
Завтрак Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>
Занятие 1 (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.00-09.15 <i>15 мин.</i>	09.00-09.20 <i>20 мин.</i>	09.00-09.25 <i>25 мин.</i>	09.00-09.30 <i>30 мин.</i>
Перерыв, самостоятельная деятельность детей. Подготовка к занятию	09.15-09.35 <i>20 мин.</i>	09.20-10.00 <i>40 мин.</i>	09.25-10.00 <i>35 мин.</i>	09.30-09.40 <i>10 мин.</i>
Занятие 1 (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	09.35-09.50 <i>15 мин.</i>	10.00-10.20 <i>20 мин.</i>	10.00-10.25 <i>25 мин.</i>	09.40-10.10 <i>30 мин.</i>
Совместная деятельность, игры, самостоятельная деятельность детей	09.50-10.30 <i>40 мин.</i>	10.20-10.35 <i>15 мин.</i>	10.25-10.40 <i>15 мин.</i>	10.10-10.30 <i>20 мин.</i>
Второй завтрак Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30-10.45 <i>15 мин.</i>	10.35-10.50 <i>15 мин.</i>	10.40-10.50 <i>10 мин.</i>	10.30-10.40 <i>10 мин.</i>
Занятие 1 (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты)	-	-	-	10.40-11.10 <i>30 мин.</i>
Прогулка Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам	10.45-12.10 <i>1ч.25 мин.</i>	10.50-12.30 <i>1ч.40 мин.</i>	10.50-12.30 <i>1ч.40 мин.</i>	11.10-12.40 <i>1ч.30 мин.</i>
Обед Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.10-12.40 <i>30 мин.</i>	12.30-13.00 <i>30 мин.</i>	12.30-13.00 <i>30 мин.</i>	12.40-13.00 <i>20 мин.</i>

<u>Дневной сон</u> Подготовка ко сну: переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание Закаливающие процедуры	12.40-15.40 <i>3ч.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>
Занятия (по необходимости)/ занятия по дополнительному образованию детей		-	15.30-15.55 <i>25 мин.</i>	-
Чтение художественной литературы Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.40-16.05 <i>25 мин.</i>	15.30-16.15 <i>45 мин.</i>	15.55-16.20 <i>25 мин.</i>	15.30-16.25 <i>55 мин.</i>
<u>Уплотненный полдник</u> Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столы; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	16.05-16.25 <i>20 мин.</i>	16.15-16.35 <i>20 мин.</i>	16.20-16.40 <i>20 мин.</i>	16.25-16.45 <i>20 мин.</i>
Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	16.25-17.25 <i>1ч.</i>	16.35-17.30 <i>1ч.30 мин.</i>	16.40-17.30 <i>50 мин.</i>	16.45-17.30 <i>45 мин.</i>
<u>Прогулка</u> Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам Уход детей домой	17.25-19.00 <i>1ч.35 мин.</i>	17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i>	17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i>	17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i>

Сезон года: теплый период года

Режимные мероприятия	Возраст			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием (осмотр детей, термометрия); Игры, индивидуальное общение воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность	07.00-08.00 <i>1ч</i>	07.00-08.00 <i>1ч</i>	07.00-08.00 <i>1ч</i>	07.00-08.00 <i>1ч</i>
Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	-	-	-	08.00-08.20 <i>20 мин.</i>
Утренняя гимнастика	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.00-08.10 <i>10 мин.</i>	08.20-08.30 <i>10 мин.</i>
Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	08.10-08.30 <i>20 мин.</i>	-
<u>Завтрак</u> Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>	08.30-09.00 <i>30 мин.</i>
Образовательная деятельность художественно-эстетической и оздоровительной направленности Игры, совместная и самостоятельная деятельность детей	09.00-10.30 <i>1ч.30мин.</i>	09.00-10.35 <i>1ч.35мин.</i>	09.00-10.40 <i>1ч.40мин.</i>	09.00-10.30 <i>1ч.30мин.</i>
<u>Второй завтрак</u> Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	10.30-10.45 <i>15 мин.</i>	10.35-10.50 <i>15 мин.</i>	10.40-10.50 <i>10 мин.</i>	10.30-10.40 <i>10 мин.</i>
<u>Прогулка</u> Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам	10.45-12.10 <i>1ч.25 мин.</i>	10.50-12.30 <i>1ч.40 мин.</i>	10.50-12.30 <i>1ч.40 мин.</i>	10.40-12.40 <i>2ч.</i>
<u>Обед</u> Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи	12.10-12.40 <i>30 мин.</i>	12.30-13.00 <i>30 мин.</i>	12.30-13.00 <i>30 мин.</i>	12.40-13.00 <i>20 мин.</i>
<u>Дневной сон</u> Подготовка ко сну: переодевание, укладывание в кровати; Дневной сон; Пробуждение: постепенный подъем, переодевание Закаливающие процедуры	12.40-15.40 <i>3ч.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>	13.00-15.30 <i>2ч. 30мин.</i>
Чтение художественной литературы Игры, самостоятельная деятельность детей. Индивидуальная работа.	15.40-16.05 <i>25 мин.</i>	15.30-16.15 <i>45 мин.</i>	15.30-16.20 <i>50 мин.</i>	15.30-16.25 <i>55 мин.</i>

<p><u>Уплотненный полдник</u> Подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; Прием пищи; Гигиенические процедуры после приема пищи</p>	<p>16.05-16.25 <i>20 мин.</i></p>	<p>16.15-16.35 <i>20 мин.</i></p>	<p>16.20-16.40 <i>20 мин.</i></p>	<p>16.25-16.45 <i>20 мин.</i></p>
<p>Игры, досуги, общение по интересам, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности</p>	<p>16.25-17.25 <i>1ч.</i></p>	<p>16.35-17.30 <i>1ч.30 мин.</i></p>	<p>16.40-17.30 <i>50 мин.</i></p>	<p>16.45-17.30 <i>45 мин.</i></p>
<p><u>Прогулка</u> Подготовка к прогулке: переодевание; Прогулка: наблюдение, игры, труд, экспериментирование, общение по интересам Уход детей домой</p>	<p>17.25-19.00 <i>1ч.35 мин.</i></p>	<p>17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i></p>	<p>17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i></p>	<p>17.30-19.00 <i>1ч.30 мин.</i></p>

