

<p>Рассмотрено на педагогическом совете Протокол № 1 от 31.08.2023г</p>	<p>Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад «Калининский» _____ Н.В.Топко Приказ №59 от 01.09.2023г</p>
---	--

### Режим дня для детей 3-5 лет

Режим дня составлен с расчетом на 10,5 -часовое пребывание ребенка в детском саду.

При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер и т. д.).

#### Режим дня в холодное время года

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<b>в дошкольном учреждении</b>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 -8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.10
Организованная образовательная деятельность	9.10-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.10
Возвращение с прогулки, игры	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.15
Чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.50
Игры, уход детей домой	17.50 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00-19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки сокращается. При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 15м/с прогулка не проводится.

**Режим дня в тёплое время года**

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<b>в дошкольном учреждении</b>	
Прогулка: прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 -8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.10
Организованная образовательная деятельность	9.10-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-12.10
Возвращение с прогулки, игры	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.15
Чтение художественной литературы	16.15-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.50
Игры, уход детей домой	17.50 – 18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00-19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

В режиме дня указана общая длительность совместной деятельности педагога и ребёнка по решению образовательных задач, включая перерывы между ее различными видами. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

## Режим дня для детей 5-7 лет

### Режим дня в холодное время года

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<b>в дошкольном учреждении</b>	
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 -8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.25
Возвращение с прогулки, игры	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Игры, уход детей домой	18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00-19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки сокращается. При температуре воздуха ниже 20 градусов и скорости ветра более 15 м/с прогулка не проводится.

### Режим дня в тёплое время года

<b>Дома</b>	
Подъем, утренний туалет	6.30-7.30
<b>в дошкольном учреждении</b>	
Прогулка: прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, ежедневная утренняя гимнастика	7.30 -8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.00

Организованная образовательная деятельность	9.00-9.25 9.35- 10.00 10.10- 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35-12.25

<b><u>Дома</u></b>	
<b>Подъем, утренний туалет</b>	<b>6.30-7.30</b>
<b><u>в дошкольном учреждении</u></b>	
<b>Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика</b>	<b>7.30 -8.25</b>
<b>Подготовка к завтраку, завтрак</b>	<b>8.25-8.55</b>
<b>Игры, самостоятельная деятельность</b>	<b>8.55-9.10</b>
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	<b>9.10-10.00</b>
<b>Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)</b>	<b>10.00-12.10</b>
<b>Возвращение с прогулки, игры</b>	<b>12.10-12.30</b>
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	<b>12.30-13.00</b>
<b>Подготовка ко сну, дневной сон</b>	<b>13.00-15.00</b>
<b>Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры</b>	<b>15.00-15.25</b>
<b>Подготовка к полднику, полдник</b>	<b>15.25-15.50</b>
Возвращение с прогулки, игры	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.20
Чтение художественной литературы	16.20-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Игры, уход детей домой	18.00
<b>Дома</b>	
Прогулка	18.00-19.00
Подготовка к ужину, ужин	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30 (7.30)

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

<b>Игры, самостоятельная деятельность детей</b>	<b>15.50- 16.15</b>
<b>Чтение художественной литературы</b>	<b>16.15- 16.30</b>
<b>Подготовка к прогулке, прогулка</b>	<b>16.30- 17.50</b>
<b>Игры, уход детей домой</b>	<b>17.50 – 18.00</b>
<b><u>Дома</u></b>	
<b>Прогулка</b>	<b>18.00- 19.00</b>
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	<b>19.00- 20.00</b>
<b>Спокойные игры, гигиенические процедуры</b>	<b>20.00-20- 30</b>
<b>Укладывание, ночной сон</b>	<b>20.30-6.30 (7.30)</b>

При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки сокращается. При температуре ниже 15 градусов и скорости ветра более 15м/с прогулка не проводится.