

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №1 «Солнышко» комбинированного вида**

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №1  
«Солнышко»  
Н.А. Стрельцова  
Приказ № \_\_\_\_\_ от 29 августа 2022 год

**Организация режима пребывания воспитанников в МБДОУ №1 «Солнышко»  
на 2022-2023 учебный год  
Пояснительная записка**

Организация жизни и деятельности детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей осуществляется в МБДОУ №1 «Солнышко» в соответствии с режимом дня в разных возрастных группах, который составлен с учетом требований СП 1.2.3685-21 от 28.01.2021 года "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"(VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания, стр.890); СП 2.4.3648-20 от 28 сентября 2020 года «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей и предусматривает личностно-ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности.

В МБДОУ №1 «Солнышко» составлены режимы дня на тёплый и холодный периоды года во всех возрастных группах.

**Требования к организации образовательного процесса:**

все возрастные группы начало занятий: не ранее 8.00

окончание занятий: не позднее 17.00

продолжительность занятий: от 1,5 до 3 лет - 10 мин; от 3 до 4 лет - 15 мин; от 4 до 5 лет - 20 мин; от 5 до 6 лет - 25 мин; от 6 до 7 лет 30 мин

**Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более:**

от 1,5 до 3 лет 20 мин

от 3 до 4 лет 30 мин

от 4 до 5 лет 40 мин

от 5 до 6 лет 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна

от 6 до 7 лет 90 мин

**Продолжительность перерывов между занятиями для всех возрастов:** не менее 10 минут

Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года (п.183).

При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают (п.185).

**Продолжительность дневного сна не менее:** 1 - 3 года 3,0 ч; 4 - 7 лет 2,5 ч; старше 7 лет 1,5 ч

**Продолжительность использования ЭСО:** интерактивная доска для детей 5 - 7 лет не более 7 минут на занятии при суммарной нагрузке в день не более 20 минут; интерактивная панель для детей 5 - 7 лет не более 5 минут при суммарной нагрузке не более 10 минут в день; персональный компьютер для детей 6 - 7 лет не более 15 минут при суммарной нагрузке не более 20 минут в день; ноутбук для детей 6 - 7 лет не более 15 минут при суммарной нагрузке не более 20 минут в день; планшет для детей 6 - 7 лет не более 10 минут при суммарной нагрузке не более 10 минут в день.

**Микроклиматические показатели, при которых проводятся занятия физической культурой на открытом воздухе в холодный период года по климатическим зонам:**

Климатическая зона	Возраст воспитанников	Температура воздуха, градус С		
		без ветра	При скорости ветра до 5 м/с	При скорости ветра 6-10 м/с
Северная часть РФ	До 12 лет	-10-11	- 6-7	-3-4

**Продолжительность прогулок, не менее:**

для детей до 7 лет 3, ч/день; для детей старше 7 лет 2,0 ч/день

**Суммарный объем двигательной активности, не менее:** все возраста 1,0 ч/день

**Утренний подъем, не ранее:** все возраста 7 ч 00 мин

**Утренняя зарядка, продолжительность, не менее:** до 7 лет - 10 минут

**Организация режима дня в МБДОУ №1 «Солнышко» при 10,5 часовом пребывании воспитанников  
(сентябрь-май)**

Режимные моменты	Группа раннего возраста №1	Группа раннего возраста №2	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Старшая группа комп. направл.	Подготовительная группа комп. направл.
Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика	07.15-08.00	07.15-08.00	07.15-08.00	07.15-08.00	07.15-08.10	07.15-08.10	07.15-08.10	07.15-08.10
Утренняя гимнастика.	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20
Подготовка к завтраку. Завтрак.	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.10-08.30	08.20-08.40	08.20-08.40	08.20-08.40	08.20-08.40
Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00	08.40-09.00
Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)	09.00-09.30	09.00-09.30	09.00-09.40	09.00-09.50	09.00-10.10	09.00-10.40	09.00-10.10	09.00-10.40
Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.	09.30-10.00	09.30-10.00	09.40-10.00	09.50-10.00	09.50- 10.00	09.50- 10.00	09.50- 10.00	09.50- 10.00
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.	10.00-11.20	10.00-11.20	10.00-11.20	10.00-11.50	10.10-12.00	10.40 -12.10	10.10-12.00	10.40 -12.10
Подготовка к обеду. Обед.	11.20-11.40	11.20-11.40	11.20-11.40	11.50-12.10	12.00-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Подготовка к дневному сну. Дневной сон.	11.40.-15.00	11.40.-15.00	11.40-15.00	12.10-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00	12.20-15.00
Постепенный подъём. Закаливающие процедуры.	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)	15.15 -15.50	15.15 -15.50	15.15-16.00	15.15-16.10	15.15-16.20	15.15-16.25	15.15-16.20	15.15-16.25
Подготовка к ужину. Ужин	15.50-16.00	15.50-16.00	16.00-16.10	16.10-16.20	16.20-16.30	16.25-16.35	16.20-16.30	16.25-16.35

Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20	16.10-16.30	16.20-16.45	16.30 – 16.45	16.35 – 16.45	16.30 – 16.45	16.35 – 16.45
Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.	16.20-17.45	16.20-17.45	16.30 -17.45	16.45-17.45	16.45-17.45	16.45-17.45	16.45-17.45	16.45-17.45

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ №5 (3-4 года)  
Холодный период года (сентябрь-май)**

ВРЕМЯ	СОДЕРЖАНИЕ
07.15-08.00	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.30-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-09.40	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.40-10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.00-11.20	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
11.20-11.40	Подготовка к обеду. Обед.
11.40-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.15-16.00	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.00-16.10	Подготовка к ужину. Ужин
16.10-16.30	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.30 -17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА №1 (1.5-2 года)**  
**Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.00	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.30-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-09.30	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.30-10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.00-11.20	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
11.20-11.40	Подготовка к обеду. Обед.
11.40.-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъём. Закаливающие процедуры.
15.15 -15.50	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
15.50-16.00	Подготовка к ужину. Ужин
16.00 – 16.20	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.20-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА №2 (2-3 года)**

**Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.00	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.30-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-09.30	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.30-10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.00-11.20	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
11.20-11.40	Подготовка к обеду. Обед.
11.40.-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъём. Закаливающие процедуры.
15.15 -15.50	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
15.50-16.00	Подготовка к ужину. Ужин
16.00 – 16.20	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.20-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ №3 (4-5 лет)**

**Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.00	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.00-08.10	Утренняя гимнастика.
08.10-08.30	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.30-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-09.50	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.50-10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.00-11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
11.50-12.10	Подготовка к обеду. Обед.
12.10-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.15-16.10	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.10-16.20	Подготовка к ужину. Ужин
16.20-16.45	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.45-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ №6 (5-6лет)  
Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.10	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.10-08.20	Утренняя гимнастика.
08.20-08.40	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.40-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-10.10	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.50- 10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.10-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.00-12.20	Подготовка к обеду. Обед.
12.20-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.15-16.20	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.20-16.30	Подготовка к ужину. Ужин
16.30 – 16.45	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.45-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ №8 (5-6лет)**

**Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.10	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.10-08.20	Утренняя гимнастика.
08.20-08.40	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.40-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-10.10	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.50- 10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.10-12.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.00-12.20	Подготовка к обеду. Обед.
12.20-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъём. Закаливающие процедуры.
15.15-16.20	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.20-16.30	Подготовка к ужину. Ужин
16.30 – 16.45	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.45-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ  
КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ №7 (6-7 лет)  
Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.10	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.10-08.20	Утренняя гимнастика.
08.20-08.40	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.40-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-10.40	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.50- 10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.40 -12.10	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.10-12.20	Подготовка к обеду. Обед.
12.20-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.15-16.25	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.25-16.35	Подготовка к ужину. Ужин
16.35 – 16.45	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.45-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №1 «Солнышко» \_\_\_\_\_ Стрельцова Н.А.

**РЕЖИМ ДНЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ №4 (6-7лет)  
Холодный период года (сентябрь-май)**

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>
07.15-08.10	Утренний прием детей. Осмотр детей. Индивидуальная работа, игры, беседы. Пальчиковая, артикуляционная гимнастика
08.10-08.20	Утренняя гимнастика.
08.20-08.40	Подготовка к завтраку. Завтрак.
08.40-09.00	Самостоятельные игры, общение по интересам. Подготовка к НОД
09.00-10.40	Непосредственно-образовательная деятельность: групповая, фронтальная (время начала НОД может варьироваться в соответствии с расписанием занятий)
09.50- 10.00	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак.
10.40 -12.10	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки.
12.10-12.20	Подготовка к обеду. Обед.
12.20-15.00	Подготовка к дневному сну. Дневной сон.
15.00-15.15	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.15-16.25	Совместная деятельность воспитателя с детьми. НОД ( в соответствии с расписанием)
16.25-16.35	Подготовка к ужину. Ужин
16.35 – 16.45	Индивидуальные игры с детьми. Самостоятельная игровая деятельность детей. Трудовые поручения
16.45-17.45	Вечерняя прогулка. Подвижные игры. Уход домой.