муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 70»

Принято
Педагогическим советом МБДОУ № 70
Протокол № 22
от 30.08 2019 г.

С учетом мнения Совета родителей
МБДОУ № 70
Протокол от 30.08. 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 70
_____ Я.Э. Минасян
от 30.08 2019 г.

Режим дня

I. Общие положения

В соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 « Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (в редакции Постановлений Главного государственного санитарного врача РФ от 20.07.2015 № 28, то 27.08.2015 « 41, с изменениями, внесенными Решением Верховного Суда РФ от 04.04.2014 № АКПИ14-281).

Режимы дня групп соответствуют возрастным особенностям детей, способствуют их гармоничному развитию и учитывают следующие рекомендации:

- максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет-в соответствии с медицинскими рекомендациями;
- в течение каждого периода бодрствования предусматривается проведение прогулки, дневная суммарная продолжительность которых должна составлять 3-4 часа;
- самостоятельная деятельность детей занимает в течение дня 3-4 часа, которые используются для личной гигиены, подготовки к образовательной деятельности и игры;
- период дневного сна — 2-2,5 часа;
- объем двигательной активности воспитанников 5-7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности предусматривается в количестве 6-8 часов в неделю.

В режиме дня всех групп соблюдается временное распределение основных организационных периодов, предусмотренных СанПин 2.4.1.3049-13 (таблица1)

Таблица 1

Временное распределение организационных периодов

Периоды режима дня	Временные интервалы	Количество часов
I период бодрствования	7.00-13.00	6 часов
Сон	13.00-15.00 13.00-15.30	2 часа 2,5часа
II бодрствования	15.00-19.00	4 часа
Общая продолжительность режима дня		12 часов

При формировании режимов дня учитываются инфраструктурные особенности учреждения, связанные с архитектурой здания, количеством и площадью прогулочных площадок. У каждой группы имеется отдельная прогулочная площадка, беседка.

Организация питания воспитанников всех групп осуществляется в групповых ячейках. Временные интервалы организованной образовательной деятельности соответствуют «», который принимается на Педагогическом Совете учреждения на начало учебного года. В промежутках между занятиями предусмотрена деятельность по подготовке к следующему занятию, самостоятельная детская деятельность.

РЕЖИМ ДНЯ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА

	1-я мл. группа	2-я мл. группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. к школе группа
Прием детей. Свободные игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.25
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00-8.30	8.20-8.25	8.25.-8.35	8.10-8.20
Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50	8.20-8.50
Артикуляционная гимнастика	8.50-9.10	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.10 – 9.40	9.00-9.45	9.00-9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
Игры, свободная деятельность	9.40-9.50	9.45-9.55	9.50-10.15	10.00-10.10	10.50-11.00
Подготовка к прогулке	9.50-10.00	9.55-10.05	10.15.-10.25	10.10-10.20	11.00-11.10
Прогулка	10.00-11.10	10.05-12.00	10.25-12.10	10.20-12.20	11.10-12.30
Возвращение с прогулки	11.10-11.25	12.00-12.10	12.10-12.20	12.20-12.30	12.30-12.40
Обед	11.25-12.00	12.10-12.45	12.20-12.50	12.30-12.50	12.40-13.00
Подготовка ко сну	12.00-12.15	12.45-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00	13.00-13.10
Дневной сон	12.15-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00
Гимнастика пробуждения	15.00-15.15	15.00-15.25	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Полдник	15.15-15.40	15.25-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Организованная, самостоятельная деятельность	15.40-16.00	15.40-16.15	15.40-16.35	15.40-16.35	15.40-16.35
Прогулка	16.00-17.10	16.15-17.10	16.35-17.15	16.35-17.15	16.35-17.15
Возвращение с прогулки	17.10-17.20	17.10-17.20	17.15-17.20	17.15-17.20	17.15-17.20
Ужин	17.20	17.20	17.20	17.20	17.20
Вечерняя прогулка, уход домой	18.00-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00

РЕЖИМ ДНЯ В ТЁПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

	1-я мл. группа	2-я мл. группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. к школе группа
Прием детей. Свободные игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Возвращение с прогулки	8.10-8.25	8.20-8.25	8.20-8.25	8.20-8.25	8.20-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50	8.25-8.50
Артикуляционная гимнастика	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Прогулка	9.00-9.20	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.10
Организованная детская деятельность (беседы, игры, труд на участке, экспериментирование, развлечения, эстафеты)	9.28-11.15	9.25-12.00	9.30-12.00	9.35-12.20	9.40-12.30
Подготовка к прогулке	9.50-10.00	9.55-10.05	10.15.-10.25	10.10-10.20	11.00-11.10
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.15-11.40	12.00-12.25	12.00-12.25	12.20-12.30	12.30-12.40
Обед	11.40-12.20	12.25-12.50	12.25-12.50	12.30-12.50	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.10-15.30
Гимнастика пробуждения	15.30-15.50	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Полдник	16.00-16.20	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Самостоятельная деятельность, игры, прогулка	16.20-17.20	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Возвращение с прогулки	17.20-17.40	17.30-17.40	17.30-17.40	17.30-17.40	17.30-17.40
Ужин	17.40-18.00	17.40-18.00	17.40-18.00	17.40-18.00	17.40-18.00
Вечерняя прогулка, уход домой	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00