Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 9»

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДЕНО:

Педагогическим советом ДОУ Заведующий «МБДОУ № 9»

Протокол № 1 от 30.08.2024г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.А.Капша

Приказ № 119 от 30.08.2024г.

РЕЖИМ ДНЯ

«МБДОУ № 9»

НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

|  |
| --- |
| **Документ подписан электронной подписью**  **Сведения о сертификате:**  Владелец сертификата: Капша Ирина Анатольевна  Заведующий «МБДОУ №9»  Издатель: Федеральное казначейство  Действителен: с 18.01.2024г. по 12.04.2025г. |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В каждой возрастной группе организуется соответствующий возрастным особенностям режим дня. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. Распорядок дня включает:

* Прием пищи (завтрак, обед, полдник и ужин).
* Ежедневная прогулка детей, её суммарная продолжительность составляет не менее 3 – 4 часов.

Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

* Дневной сон.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Перед сном исключается проведение подвижных эмоциональных игр.

* Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.
* Образовательная деятельность (ОД).

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей раннего возраста составляет 1 час 40 минут. Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста составляет: в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут.

Продолжительность ОД для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет - не более 10 мин, для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей

5- го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки:

- в группах раннего возраста – не превышает 20 минут (10 минут – в первой половине дня, 10 минут – во второй половине дня) в первой

половине дня;

- в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно;

- в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на ОД, проводится физкультминутка.

Перерывы между периодами ОД - не менее 10 минут. ОД с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется также во второй половине

дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25 - 30 минут в день.

В середине ОД статического характера проводится физкультминутка.

ОД по физическому развитию детей в возрасте от 2 до 7 лет организуется не менее 2 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей

и составляет:

в младшей группе - 15 мин.,

в средней группе - 20 мин.,

в старшей группе - 25 мин.,

в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично, взамен ОД по физическому развитию на улице, организовано обучение спортивным играм,

а также тренировка на спортивных тренажёрах.. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды. Физическая культура на прогулке для детей 2-5 лет проводится в форме подвижной игры.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях ОД по физическому развитию максимально организуется на открытом воздухе.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

Режим дня на 2024 – 2025 учебный год.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группа | Вторая группа раннего возраста | Младшая группа | Средняя группа | Старшая – подготовительная группа | Подготов.к школе группа комб. напр. |
| Прием и осмотр, игры, самостоятельная  деятельность | 7.00-8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00- 8.00 | 7.00-8.00 |
| Утренняя зарядка | 8.00-8.05 (группа) | 8.05-8.10  (муз.зал) | 8.10-8.20  (муз. зал) | 8.10-8.20  (физ. зал) | 8.20-8.30  (физ.зал) |
| Получение пищи | 8.05. | 8.10 | 8.15 | 8.20 | 8.35 |
| Подготовка к завтраку,  завтрак | 8.15-8.35 | 8.20-8.50 | 8.30-8.50 | 8.30-8.50 | 8.40-8.50 |
| Подготовка к занятиям | 8.35-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 | 8.50-9.00 |
| Занятия | 9.00-9.10  9.20-9.30 | 9.00-9.50 | 9.00-10.00 | 9.00- 10.30 | 9.00-10.30 |
| Завтрак 2 | 9.30-9.40 | 9.50-10.00 | 10.00-10.10 | 10.00-10.10 | 10.15-10.20 |
| Игры, свободная деятельность, инд.работа со специалистами  (согласно сетке ОД) | 9.40-9.50 | - | - | 10.10-10.30 | 10.20-10.50 |
| Подготовка к прогулке,  прогулка | 9.50-11.00 | 10.00-11.30 | 10.10-11.40 | 10.30-12.00 | 10.50-12.15 |
| Возвращение с прогулки, гигиенические  процедуры | 11.00-11.30 | 11.30-11.50 | 11.40-12.00 | 12.00-12.20 | 12.15-12.30 |
| Получение пищи | 11.30 | 11.40 | 12.00 | 12.10 | 12.30 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Подготовка к обеду,  дежурство, обед | 11.40-12.00 | 11.50-12.15 | 12.10-12.30 | 12.20-12.40 | 12.40-12.50 |
| Подготовка ко сну, чтение перед сном,  дневной сон | 12.00-15.00 | 12.15-15.00 | 12.30-15.00 | 12.40-15.00 | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические  процедуры | 15.00-15.25 | 15.00-15.15 | 15.00-15.20 | 15.00-15.20 | 15.00-15.20 |
| Получение пищи | 15.00 | 15.00 | 15.20 | 15.25 | 15.30 |
| Полдник | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.35-15.45 |
| Занятия со  специалистами, кружки, образовательная деятельность (согласно  сетке ОД), игры | 15.40-16.20 | 15.40-16.20 | 15.40-16.30 | 15.40-16.30 | 15.45-16.30 |
| Получение пищи | 16.15 | 16.20 | 16.30 | 16.30 | 16.40 |
| Подготовка к ужину,  ужин | 16.25-16.45 | 16.30-16.45 | 16.40-16.55 | 16.35-16.50 | 16.45-17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная  деятельность) | 16.45-18.15 | 16.45-18.20 | 16.55-18.20 | 16.50-18.20 | 17.00-18.40 |
| Возвращение с прогулки, самостоятельная  деятельность, уход домой | 18.15-19.00 | 18.20-19.00 | 18.20-19.00 | 18.20-19.00 | 18.40-19.00 |