

П.3.6. ОП ДО Режим и распорядок дня.

Программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в ДОУ (ФГОС ДО п.2.5). В работе детского сада выделяется два периода:

Временной интервал	I -период
01 сентября по 30 мая	Характерно преобладание образовательной деятельности, связанной с открытием «нового знания» и овладения новыми видами и способами действия
	II-период
01 июня по 31 августа	Характерно преобладание культурно-досуговой деятельности, мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности, деятельности по выбору детей

Режим дня устанавливается с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации ОП, потребностей участников образовательных отношений.

Учитывается контингент воспитанников, их индивидуальные и возрастные особенности, социальный заказ родителей, что обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале максимально приближенному к разумному «минимуму». Образовательные задачи решаются в совместной деятельности взрослого и детей при проведении режимных моментов, самостоятельно игровой деятельности детей, в рамках организованной образовательной деятельности, во взаимосвязи с семьей. Основной формой работы с детьми и ведущим видом деятельности является игра. Организованная образовательная деятельность проводится в игровой, занимательной для детей форме, отвечающей возрастным особенностям дошкольников. Воспитатели используют разнообразные формы организации взаимодействия с детьми. У детей есть возможность выбора видов деятельности в соответствии с их интересами и потребностями. Педагогический коллектив использует принцип личностно-ориентированного подхода в работе с дошкольниками. Воспитатели координируют содержание организованной образовательной деятельности.

В соответствии с рекомендациями СанПиН 1.2.3685-21 начало и окончание образовательных программ для детей всех возрастов : начало не ранее 8.00, окончание не позднее 17.00.

Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

10 минут- для детей от 1,5 до 3 лет;

15 минут- от 3 до 4 лет;

20 минут от 4 до 5 лет;

25 минут – для детей от пяти до шести лет;

30 минут – для детей от шести до семи лет.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки в течение дня составляет не более 20 минут для детей от 1,5 до 3 лет;

30 минут для детей от 3 до 4 лет;

20 минут для детей от 4 до 5 лет;

50 минут или 75 минут при организации образовательного занятия после дневного сна – для детей от пяти до шести лет;

90 минут – для детей от шести до семи лет.

Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 08:00 и заканчиваются не позже 17:00.

Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

Перерывы между занятиями составляют не менее 10 минут.

Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее 2-х минут

Режим занятий с применением электронных средств обучения

Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин, не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5–7	7	20
Интерактивная панель	5–7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6–7	15	20
Планшет	6–7	10	10

Для воспитанников 5–7 лет продолжительность непрерывного использования: экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут; наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

При использовании в работе гаджетов соблюдаются допустимые размеры экранов электронных средств обучения:

Электронные средства обучения	Диагональ экрана, не менее	
	дюйм	сантиметр
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65	165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6	39,6
Ноутбук	14,0	35,6
Планшет	10,5	26,6

Распорядок дня включает:

Утреннюю гимнастику- не менее 10 мин. Прием пищи : завтрак, обед и полдник. Питание детей организуется в помещении групповой ячейки. Дневной сон для детей 4- 7 лет – не менее 2 часа 30 мин. Ежедневную прогулку детей, её продолжительность составляет не менее 3 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. Продолжительность дневного сна для детей 1-3 года составляет 3 часа, для детей 4-7 лет -2 часа 30 минут. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка для детей 5 - 7 лет не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводятся в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО. Режимы разработаны в соответствии с нормами СанПиН 1.2.3685-21 на 1 и 2 период .

Примерный режим дня в группе детей от 1 года до 2 лет.

	Время		1 год-1,5 года	1,5 лет
01.09. по 31.05				
й, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-8.30	7.30-8.30		

Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.00-9.30	9.00-9.30
Подготовка ко сну, первый сон	9.30-12.00	-
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-12.30	-
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.30-9.40 9.50-10.00
Второй завтрак ¹³	увеличивается калорийность основного завтрака	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	-	10.00-11.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	11.30-12.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	-
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.00-13.10 13.20-13.30	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.10-14.20	-
Подготовка ко сну, второй сон	14.30-16.00	-
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем	-	12.30-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	16.00-16.30	-
Полдник	-	15.30-16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	-	16.00-17.00

Занятия в игровой форме по подгруппам	-	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	16.30-17.30	16.30-17.30
2 период с 01.06.по 31.08.		
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-8.30	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.00-10.00	9.00-11.30
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)		9.10-9.20 9.30-9.40
Второй завтрак ¹⁴	увеличивается калорийность основного завтрака	10.30-11.00
Подготовка ко сну, первый сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	10.00-12.30	-
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00	12.00-12.30

Подготовка к прогулке, прогулка, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	13.00-14.30	
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	13.20-13.30 13.30-13.40	-
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	13.50-14.00 14.00-14.10	-
Возвращение с прогулки, водные процедуры	14.30-15.00	-
Подготовка ко сну, сон	15.00-16.30	12.30-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры полдник	16.30-17.00	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	17.00-17.30	16.00-17.30
Уход детей домой	До 17.30	До 17.30

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет.

Содержание	Время
1 период с 01.09.по 31.05.	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-9.40 9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00

Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.30
Уход детей домой	До 17.30
2 период с 01.06 по 31.08	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-11.30 9.40-9.50 10.00-10.10
Второй завтрак ¹⁶	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-16.00

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-18.00 16.20-16.30 16.40-16.50
--	---

Уход детей домой	До 17.30
------------------	----------

Примерный режим дня в дошкольных группах
1 период с 01.09. по 31.05.

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут), Утренний круг	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее	9.20-10.00	9.15-10.05	9.15-10.15	9.00-10.50

10 минут)				
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.00-12.00	10.05-12.00	10.15-12.00	10.50-12.00
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	16.00-16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30	16.00-16.30	16.25-17.00	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Вечерний круг	16.30-17.30	16.30-17.30	17.00-17.30	16.30-17.30
Уход домой	До 17.30	До 17.30	До 17.30	До 17.30

Примерный режим дня в дошкольных группах
2 период с 01.06. по 31.08.

Содержание	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут). Утренний круг	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.20	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.15-12.00	9.15-12.00	9.00-12.00
Обед	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00

Вечерний круг . Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей .	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30
Уход домой	До 17.30	До 17.30	До 17.30	До 17.30

Часть, формируемая участниками образовательных отношений:

Организация режима и распорядка пребывания детей в образовательном учреждении в части, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с организацией режима пребывания детей в образовательном учреждении обязательной части Программы

Заведующий МБДОУ ДС КВ № 23