

## **Организация режима в МБДОУ «Мозаика» в 2023-2024 уч.г.**

При реализации ОП максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573).

Режим работы и длительность пребывания в нем детей определяются Уставом, являются следующими:

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы ДОУ - 12 часов;
- ежедневный график работы - с 07.00 до 19.00 часов;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие и праздничные дни.

Режим дня включает:

- прием пищи;
- ежедневная прогулка детей;
- ежедневное чтение;
- дневной сон;
- самостоятельная деятельность детей;
- непосредственная образовательная деятельность;
- каникулы;
- разные формы двигательной активности;
- закаливание детей;
- занятия по дополнительному образованию.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращаются.

Организируются прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон; при организации режима пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1 года до 1,5 года дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью до 3,5 часов. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3-4 часов.

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не превышает 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

**Режим дня**  
**ясельная группа (1,6-2 г) 1-ая младшая группа (2-3 г)**  
**Холодный период**

<b>Время</b>	<b>Режимные моменты</b>
7.00 – 8.00	Приём, осмотр детей, игровая и самостоятельная деятельность, индивидуальная работа
8.00 – 8.05	Подготовка к утренней гимнастике. Утренняя гимнастика
8.15 – 8.35	Подготовка к завтраку. Завтрак
8.35 – 9.00	Игры, самостоятельная деятельность
9.00 – 10.00	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
10.00- 10.10	2-ой завтрак
10.10 – 10.40	Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке
10.40-11.30	Прогулка
11.30 – 11.55	Возвращение с прогулки, игры, гигиенические процедуры
11.55 – 12.30	Подготовка к обеду. Обед
12.30 – 15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон
15.10 – 15.20	Постепенный подъём, гимнастика после сна
15.20 – 15.40	Подготовка к полднику. Полдник
15.40 – 16.00	Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность
16.15-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка
17.35 – 18.00	Подготовка к ужину. Ужин.
18.00 – 19.00	Самостоятельная деятельность, уход домой.

**Тёплый период**

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.20	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность детей на воздухе
8.20-8.25	Утренняя гимнастика на воздухе
8.25-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак

9.00-10.00	Игры, самостоятельная деятельность детей на участке, индивидуальная работа
10.00-10.10	2 - ой завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка
11.40-12.30	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед
12.20-15.10	Подготовка ко сну, дневной сон
15.10-15.20	Постепенный подъём, гимнастика
15.20-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

**Режим дня**  
**2-ая младшая группа**  
**Холодный период**

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.20	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, инд. работа, подготовка к утренней гимнастике
8.00-8.10	Утренняя гимнастика (физкультурный зал)
8.10-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.05	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
10.10-10.20	2-ой завтрак
10.20-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка
11.40-12.00	Возвращение с прогулки, игры
12.00-12.40	Подготовка к обеду, обед
12.40-15.00	Закаливание, подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.25	Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры
15.25-16.10	Игры, инд. работа, самостоятельная деятельность детей
16.10-16.40	Подготовка к полднику, полдник
16.40-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

**Тёплый период**

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.20	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность детей на воздухе
8.20-8.30	Утренняя гимнастика
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.00	Игры, самостоятельная деятельность детей на участке
10.00-10.10	2 завтрак
10.10-11.40	Подготовка к прогулке, прогулка

11.40-12.20	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед
12.20-15.10	Подготовка ко сну, закаливание, дневной сон
15.10-15.30	Постепенный подъём
15.30-16.00	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.00-16.20	Подготовка к полднику, полдник
16.20-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

## Средняя группа

### Холодный период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.10	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, инд. работа, подготовка к утренней гимнастике
8.10-8.20	Утренняя гимнастика (физкультурный зал)
8.20-8.55	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.30	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
10.15-10.25	2-ой завтрак
10.30-11.50	Подготовка к прогулке, прогулка
11.50-12.15	Возвращение с прогулки, игры
12.15-12.50	Подготовка к обеду, обед
12.50-15.00	Закаливание, подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры
15.15-16.15	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.15-16.40	Подготовка к полднику, полдник
16.40-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

### Тёплый период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.20	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность детей на воздухе
8.30-8.40	Утренняя гимнастика
8.40-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.00	Игры, самостоятельная деятельность детей на участке
10.05-10.15	2 завтрак
10.15-12.25	Подготовка к прогулке, прогулка

12.15-12.50	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед
12.50-15.00	Подготовка ко сну, закаливание, дневной сон
15.00-15.25	Постепенный подъём
15.25-16.10	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.10-16.30	Подготовка к полднику, полдник
16.30-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой



## Старшая группа

### Холодный период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.20	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, инд. работа, подготовка к утренней гимнастике
8.20-8.30	Утренняя гимнастика
8.30-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.40	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
10.00-10.15	2 завтрак
10.40-12.25	Подготовка к прогулке, прогулка
12.25-12.40	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.40-13.00	Обед
13.00-15.00	Закаливание, подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.05	Постепенный подъём, закаливание
15.05-16.20	Игры, самостоятельная деятельность, непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту)
16.20-16.40	Подготовка к полднику, полдник
16.40-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

### Тёплый период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.30	Приём, игры, самостоятельная деятельность детей на улице
8.40-8.50	Утренняя гимнастика на участке
8.50-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.10	Игры, самостоятельная деятельность детей на участке
10.10-10.20	2 завтрак
10.20-12.30	Подготовка к прогулке, прогулка

12.30-12.40	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.40-13.00	Обед
13.00-15.00	Подготовка ко сну, закаливание, дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъём
15.15-16.15	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.15-16.35	Подготовка к полднику, полдник
16.35-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

## Подготовительная к школе группа

### Холодный период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.30	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, инд. работа, подготовка к утренней гимнастике
8.30-8.40	Утренняя гимнастика
8.40-9.00	Самостоятельная деятельность детей, подготовка к завтраку, завтрак
9.00-11.00	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
10.10-10.20	2-ой завтрак
11.00-12.35	Подготовка к прогулке, прогулка
12.35-12.45	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.45-13.00	Обед
13.00-15.00	Подготовка ко сну, дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъём, закаливание
15.15-16.20	Непосредственно образовательная деятельность (согласно регламенту), самостоятельная деятельность
16.25-16.45	Подготовка к полднику, полдник
16.45-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой

### Тёплый период

<b>Время</b>	<b>Компоненты режима</b>
7.00-8.30	Приём, игры, самостоятельная деятельность детей на улице
8.40-8.50	Утренняя гимнастика на участке
8.50-9.00	Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.10	Игры, самостоятельная деятельность детей на участке
10.15-10.25	2 завтрак

10.25-12.35	Подготовка к прогулке, прогулка
12.35-12.45	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду
12.45-13.00	Обед
13.10-15.00	Подготовка ко сну, закаливание, дневной сон
15.00-15.15	Постепенный подъём
15.15-16.20	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.20-16.35	Подготовка к полднику, полдник
16.35-19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры на воздухе, уход домой