

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

Режим дня
в разновозрастной группе раннего возраста (с 1 года 6 месяцев до 3-х лет)
на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников	
	1год 6 мес. – 2года	с 2-х до 3-х лет
Дома		
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30	7.00 – 7.30
Детский сад		
Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика в группе	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Подготовка к игре-занятию 1, игры	8.50-9.00	-
Игра-занятие 1	9.00-9.10	-
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	-	8.50-9.15
Организованная образовательная деятельность	-	09.15-09.25
Игры, подготовка к игре-занятию 2	9.25-9.30	-
Игра-занятие 2	9.30-9.40	-
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	-	09.25-09.45
Организованная образовательная деятельность	-	09.45-09.55
Игры, подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	09.40-10.30	09.55-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.45	10.40-11.45
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	11.45-12.00	11.45-12.00
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.00	15.45-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30	16.00-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30	17.30
Дома		
Прогулка, игры	17.30-17.55	17.30-17.55
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, личная гигиена	17.55-18.30	17.55-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00
Подготовка ко сну, ночной сон	19.00-07.00	19.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
_____ Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

Режим дня
в разновозрастной группе раннего возраста (с 1 года 6 месяцев до 3-х лет)
на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников	
	1год 6 мес. – 2года	с 2-х до 3-х лет
Дома		
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30	7.00 – 7.30
Детский сад		
Прием детей, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика в группе	8.10-8.20	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30-8.50	8.30-8.50
Подготовка к игре-занятию 1, игры	8.50-9.00	-
Игра-занятие 1	9.00-9.10	-
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	-	8.50-9.15
Организованная образовательная деятельность	-	09.15-09.25
Игры, подготовка к игре-занятию 2	9.25-9.30	-
Игра-занятие 2	9.30-9.40	-
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к организованной образовательной деятельности	-	09.25-09.45
Организованная образовательная деятельность	-	09.45-09.55
Игры, подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	09.40-10.30	09.55-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40-11.45	10.40-11.45
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	11.45-12.00	11.45-12.00
Обед	12.00-12.20	12.00-12.20
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.20-15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.45	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность, игры	15.45-16.00	15.45-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00-17.30	16.00-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30	17.30
Дома		
Прогулка, игры	17.30-17.55	17.30-17.55
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, личная гигиена	17.55-18.30	17.55-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00
Подготовка ко сну, ночной сон	19.00-07.00	19.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

Пояснительная записка
к режиму дня разновозрастной группы раннего возраста (с 1 года 6 месяцев до 3-х лет)
на 2021 – 2022 учебный год в холодный период года

В соответствии с САНПИН 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28) режим дня для воспитанников от 1 года 6 месяцев до 3-х лет:

- ☐ Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся (П.2.10.2.);
- ☐ При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования (П.2.10.3.);
- ☐ Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей (П.2.10.3.).
- ☐ Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья (П.2.10.3.).

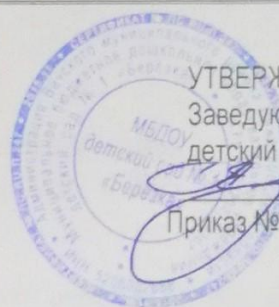
В соответствии с САНПИН 1.2.3685-21 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2) режим дня для воспитанников от 1 года 6 месяцев до 3-х лет:

- **Требования к организации образовательного процесса (Пункт 182. Таблица 6.6., Пункт 183, Пункт 185)**
 - ☐ Продолжительность занятий: не более 10 мин;
 - ☐ Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки: не более 20 мин;
 - ☐ Продолжительность перерывов между занятиями: не менее 10 мин;
 - ☐ Перерыв во время занятий для гимнастики: не менее 2 мин;
 - ☐ Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года;
 - ☐ При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.
- **Показатели организации образовательного процесса (Таблица 6.7.)**
 - ☐ Продолжительность дневного сна: не менее 3 часов
 - ☐ Продолжительность прогулок: не менее 3 часов в день
 - ☐ Продолжительность ночного сна: не менее 12 часов
 - ☐ Суммарный объем двигательной активности: не менее 1ч
 - ☐ Продолжительность утренней зарядки: не менее 10 мин;

В соответствии с САНПИН 2.3./2.4.3590-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. N 32):

- **Особенности организации общественного питания детей (Раздел VIII)**
 - ☐ Питание детей первого года жизни должно назначаться индивидуально в соответствии с возрастными физиологическими потребностями, учитывая своевременное введение дополнительно к грудному вскармливанию всех видов прикорма в соответствии с таблицей 4 Приложения №7.
- **Режим питания для воспитанников от 1 года 6 месяцев до 3-х лет организован в соответствии с таблицей 4 Приложения №11.**

Воспитатель: _____ / _____ /



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

**Режим дня
в младшей группе (с 3-х до 4 лет)
на 2021 – 2022 учебный год в холодный период**

	Возраст воспитанников
	С 3-х до 4 лет
Дома	
Подъем, утренний туалет	7.00-7.30
Детский сад	
Прием детей, осмотр, свободная самостоятельная и игровая деятельность	7.00-7.50
Утренняя гимнастика в зале	7.50-8.00
Утренний круг, свободная самостоятельная и игровая деятельность	8.00-8.25
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.25-8.35
Завтрак	8.35 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	9.40-10.20
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.20-10.35
Второй завтрак	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	10.45-11.50
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, личная гигиена	11.50-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10
Подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная и совместная партнерская деятельность взрослого с детьми	15.40-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30
Уход детей домой.	17.30
Дома	
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
_____ Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

**Режим дня
в младшей группе (с 3-х до 4 лет)
на 2021 – 2022 учебный год в холодный период**

	Возраст воспитанников С 3-х до 4 лет
Дома	
Подъем, утренний туалет	7.00-7.30
Детский сад	
Прием детей, осмотр, свободная самостоятельная и игровая деятельность	7.00-7.50
Утренняя гимнастика в зале	7.50-8.00
Утренний круг, свободная самостоятельная и игровая деятельность	8.00-8.25
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.25-8.35
Завтрак	8.35 – 8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-9.15 9.25-9.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	9.40-10.20
Возвращение с прогулки, подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.20-10.35
Второй завтрак	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	10.45-11.50
Возвращение с прогулки, игры, подготовка к обеду, личная гигиена	11.50-12.10
Обед	12.10-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10
Подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.10-15.30
Полдник	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная и совместная партнерская деятельность взрослого с детьми	15.40-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30
Уход детей домой.	17.30
Дома	
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

**Пояснительная записка
к режиму дня младшей группы (с 3-х до 4-х лет)
на 2020 – 2021 учебный год в холодный период года**

В соответствии с САНПИН 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28) режим дня для воспитанников с 3-х до 4-х лет:

- ☐ Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся (П.2.10.2.);
- ☐ При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования (П.2.10.3.);
- ☐ Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей (П.2.10.3.).
- ☐ Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья (П.2.10.3.).

В соответствии с САНПИН 1.2.3685-21 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2) режим дня для воспитанников с 3-х до 4-х лет:

• Требования к организации образовательного процесса (Пункт 182. Таблица 6.6., Пункт 183, Пункт 185)

- ☐ Продолжительность занятий: не более 15 мин;
- ☐ Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки: не более 30 мин;
- ☐ Продолжительность перерывов между занятиями: не менее 10 мин;
- ☐ Перерыв во время занятий для гимнастики: не менее 2 мин;
- ☐ Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года;
- ☐ При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

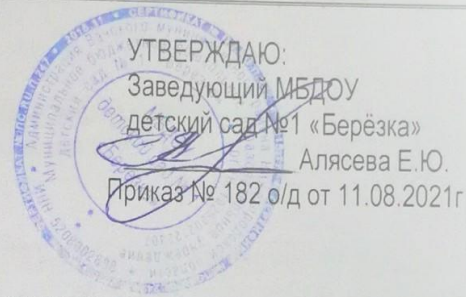
• Показатели организации образовательного процесса (Таблица 6.7.)

- ☐ Продолжительность дневного сна: не менее 2,5 часов
- ☐ Продолжительность прогулок: не менее 3 часов в день
- ☐ Продолжительность ночного сна: не менее 11 часов
- ☐ Суммарный объем двигательной активности: не менее 1ч
- ☐ Продолжительность утренней зарядки: не менее 10 мин;

В соответствии с САНПИН 2.3./2.4.3590-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. N 32):

- Режим питания для воспитанников с 3-х до 4-х лет организован в соответствии с таблицей 4 Приложения №11.**

Воспитатель: _____ / _____ /



Режим дня
в разновозрастной группе среднего и старшего возраста
(с 5-ти до 7-ми лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников	
	с 4-х до 5 лет	с 5-ти до 6 лет
Дома		
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30	7.00 – 7.30
Детский сад		
Прием детей, осмотр, игры, свободная самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика в зале	8.00-8.10	8.00-8.10
Утренний круг, свободная самостоятельная и игровая деятельность	8.10-8.25	8.10-8.25
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.25-8.35	8.25-8.35
Завтрак	8.35-8.50	8.35-8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.25
Организованная образовательная деятельность	1. 9.00-9.20 2. 10.00-10.20	1. 09.25-09.50 2. 10.00 - 10.25 / 11.50-12.15 (четверг)
Подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.25-10.35	10.25-10.35
Второй завтрак	10.35-10.45	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	10.45-12.15	10.45-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	12.15 - 12.30	12.25-12.40
Обед	12.30 - 12.45	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.15 - 15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная деятельность	15.40 - 16.00	15.40-15.50
Организованная образовательная деятельность (понедельник, вторник, среда, четверг)	-	15.50-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 - 17.30	16.15-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30	17.30
Дома		
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
_____ Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

Режим дня
в разновозрастной группе среднего и старшего возраста
(с 5-ти до 7-ми лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников	
	с 4-х до 5 лет	с 5-ти до 6 лет
Дома		
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30	7.00 – 7.30
Детский сад		
Прием детей, осмотр, игры, свободная самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.10
Утренняя гимнастика в зале	8.00-8.10	8.00-8.10
Утренний круг, свободная самостоятельная и игровая деятельность	8.10-8.25	8.10-8.25
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.25-8.35	8.25-8.35
Завтрак	8.35-8.50	8.35-8.50
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.50-9.00	8.50-9.25
Организованная образовательная деятельность	1. 9.00-9.20 2. 10.00-10.20	1. 09.25-09.50 2. 10.00 - 10.25 / 11.50-12.15 (четверг)
Подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.25-10.35	10.25-10.35
Второй завтрак	10.35-10.45	10.35-10.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	10.45-12.15	10.45-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	12.15 - 12.30	12.25-12.40
Обед	12.30 - 12.45	12.40-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45 - 15.15	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.15 - 15.30	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная деятельность	15.40 - 16.00	15.40-15.50
Организованная образовательная деятельность (понедельник, вторник, среда, четверг)	-	15.50-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00 - 17.30	16.15-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30	17.30
Дома		
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

Пояснительная записка
к режиму дня разновозрастной группы среднего и старшего возраста
(с 4-х до 6-ти лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период года

В соответствии с СанПин 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28) режим дня для воспитанников с 4-х до 6-ти лет:

- ☐ Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся (П.2.10.2.);
- ☐ При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования (П.2.10.3.);
- ☐ Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей (П.2.10.3.).
- ☐ Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья (П.2.10.3.).
- ☐ При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз (П.2.10.2.);
- ☐ При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут (П.2.10.2.);

В соответствии с СанПин 1.2.3685-21 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2) режим дня для воспитанников с 4-х до 6-ти лет:

● **Требования к организации образовательного процесса (Пункт 182. Таблица 6.6., Пункт 183, Пункт 185)**

- ☐ Продолжительность занятий, не более:
 - 20 мин (с 4 до 5 лет);
 - 25 мин (с 5 до 6 лет);
- ☐ Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более:
 - 40 мин (с 4 до 5 лет);
 - 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна (с 5 до 6 лет);
- ☐ Продолжительность перерывов между занятиями, не менее: 10 мин;
- ☐ Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее: 2 мин;
- ☐ Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года;
- ☐ При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

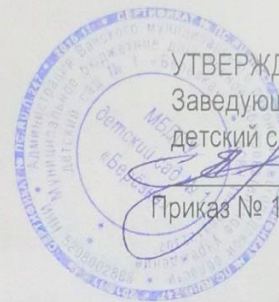
● **Показатели организации образовательного процесса (Таблица 6.7.)**

- ☐ Продолжительность дневного сна: не менее 2,5 часов
- ☐ Продолжительность прогулок: не менее 3 часов в день
- ☐ Продолжительность ночного сна: не менее 11 часов
- ☐ Суммарный объем двигательной активности: не менее 1ч
- ☐ Продолжительность утренней зарядки: не менее 10 мин;

В соответствии с СанПин 2.3./2.4.3590-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. N 32):

- **Режим питания для воспитанников с 4-х до 6-ти лет организован в соответствии с таблицей 4 Приложения №11.**

Воспитатель: _____ / _____ /



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

детский сад №1 «Берёзка»

Алясева Е.Ю.

Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

Режим дня
в подготовительной к школе группе
(с 6-ти до 7-ми лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников
	с 6-ти до 7-ми лет
Дома	
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30
Детский сад	
Прием детей, осмотр, игры, свободная самостоятельная деятельность, утренний круг.	7.00-8.00
Подготовка к прогулке, прогулка	7.30-8.00
Возвращение с прогулки, подготовка к профилактической гимнастике	8.00-8.10
Профилактическая гимнастика в зале	8.10-8.35
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.35-8.45
Завтрак	8.45-8.55
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	1. 9.00-9.30 2. 9.40-10.10 3. 10.25-10.55 / 11.50-12.20 (четверг)
Подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.55-11.00
Второй завтрак	11.00-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	11.10-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	12.25-12.35
Обед	12.35-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная деятельность	15.40-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30
Дома	
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Берёзка»
_____ Алясева Е.Ю.
Приказ № 182 о/д от 11.08.2021г

Режим дня
в подготовительной к школе группе
(с 6-ти до 7-ми лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период

	Возраст воспитанников с 6-ти до 7-ми лет
Дома	
Подъем, утренний туалет	7.00 – 7.30
Детский сад	
Прием детей, осмотр, игры, свободная самостоятельная деятельность, утренний круг.	7.00-8.00
Подготовка к прогулке, прогулка	7.30-8.00
Возвращение с прогулки, подготовка к профилактической гимнастике	8.00-8.10
Профилактическая гимнастика в зале	8.10-8.35
Подготовка к завтраку, личная гигиена	8.35-8.45
Завтрак	8.45-8.55
Подготовка к организованной образовательной деятельности	8.55-9.00
Организованная образовательная деятельность	1. 9.00-9.30 2. 9.40-10.10 3. 10.25-10.55 / 11.50-12.20 (четверг)
Подготовка ко второму завтраку, личная гигиена	10.55-11.00
Второй завтрак	11.00-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, совместная партнерская деятельность взрослого с детьми).	11.10-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, личная гигиена	12.25-12.35
Обед	12.35-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, закаливание, игры, подготовка к полднику	15.20-15.30
Полдник	15.30-15.40
Вечерний круг, игры, свободная самостоятельная деятельность	15.40-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30
Уход детей домой, прогулка	17.30
Дома	
Свободная самостоятельная и игровая деятельность, подготовка к ужину, личная гигиена	17.30-18.30
Ужин	18.30-19.00
Свободная самостоятельная и игровая деятельность	19.00-20.00
Подготовка ко сну, ночной сон	20.00-07.00

Воспитатель: _____ / _____ /

**Пояснительная записка
к режиму дня подготовительной к школе группе
(с 6-ти до 7-ми лет) на 2021 – 2022 учебный год в холодный период года**

В соответствии с СанПин 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28):

- ☐ При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз (П.2.10.2.);
- ☐ При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадах воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут (П.2.10.2.);
- ☐ При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО (П.2.10.3.);
- ☐ Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей (П.2.10.3.).
- ☐ Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья (П.2.10.3.).

В соответствии с СанПин 1.2.3685-21 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2):

• Требования к организации образовательного процесса (Пункт 182. Таблица 6.6., Пункт 183, Пункт 185)

- ☐ Продолжительность занятий, не более:
 - 30 мин (с 6 до 7 лет)
- ☐ Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более:
 - 1,5 часа (с 6 до 7 лет)
- ☐ Продолжительность перерывов между занятиями, не менее: 10 мин;
- ☐ Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее: 2 мин;
- ☐ Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года;
- ☐ При температуре воздуха ниже минус 15С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

• Показатели организации образовательного процесса (Таблица 6.7.)

- ☐ Продолжительность дневного сна: не менее 2,5 часов
- ☐ Продолжительность прогулок: не менее 3 часов в день
- ☐ Продолжительность ночного сна: не менее 11 часов
- ☐ Суммарный объем двигательной активности: не менее 1ч
- ☐ Продолжительность утренней зарядки: не менее 10 мин;

• Продолжительность использования ЭСО (Таблица 6.8)

- ☐ Интерактивная доска: 5-7 лет на занятии не более 7 мин, суммарно в день – не более 20 мин
- ☐ Интерактивная панель: 5-7 лет на занятии не более 5 мин, суммарно в день – не более 10 мин

В соответствии с СанПин 2.3./2.4.3590-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. N 32):

- **Режим питания для воспитанников с 6-ти до 7-ми лет организован в соответствии с таблицей 4 Приложения №11.**

