

Режим и распорядок дня в МБДОУ «Детский сад № «Ляле» в группах дошкольного возраста

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. Режим и распорядок дня в МБДОУ «Детский сад № 1 «Ляле» установлен с учетом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации Программы, потребностей участников образовательных отношений.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОУ может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. В п.35 ФОП ДО приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми МБДОУ «Детский сад № 1 «Ляле» руководствуется при изменении режима дня.

Режим дня в группах дошкольного возраста. Теплый период года. 10,5 часов.

Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием детей, игры самостоятельная деятельность детей	7.45 – 8.20	7.45 – 8.20	7.45 – 8.20	7.45 – 8.20
Утренняя гимнастика (при благоприятных погодных условиях на свежем воздухе)	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Завтрак	8.30- 9.00	8.30- 9.00	8.30- 9.00	8.30- 9.00
Игры, самостоятельная деятельность подготовка к прогулке	9.00- 9.20	9.00- 9.20	9.00- 9.20	9.00- 9.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.20-12.10	9.20-12.15	9.20-12.15
Второй завтрак	10.30	10.30	10.30	11.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00	12.10-13.00	12.15-13.00	12.15-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30	13.00-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность, игры	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.15	16.30-18.15	16.30-18.15	16.30-18.15

При разработке режима дня соблюдены требования СП 2.4.3648-20 режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся, при организации образовательной деятельности предусмотрено введение в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, и др, предусмотрена организация физкультурных, физкультурно-оздоровительных мероприятий, массовых спортивных мероприятий, туристских походов, спортивных соревнований с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) с учетом климатических условий Республики Крым.