

Режим и распорядок дня в МБДОУ «Детский сад № 1 «Ляле» группы 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.

Холодный 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 – 8.00	7.45 – 8.10	7.45-8.20
Утренняя гимнастика (при благоприятных погодных условиях на свежем воздухе)	8.20-8.30	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Игры	-	8.10-8.30	8.20-8.30	-
Завтрак	8.30- 8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры подготовка к занятиям	8.50- 9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин., перерыв между занятиями 10мин)	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-11.00
Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, двигательная активность.	10.00-12.00	10.00-12.10	10.00-12.15	11.00-12.25
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	12.25-13.00
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	15.30-15.45	15.30-16.00
Занятия по необходимости	-	-	15.45-16.10	
Самостоятельная деятельность, игры	16.00-16.30	16.00-16.30	16.10-16.40	16.00-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-18.15	16.30-18.15	16.40-18.15	16.10-18.15

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 физкультминуток 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.