

Принято:  
Решением педагогического совета  
МДОБУ «Кудровский ДСКВ №3»  
Протокол № 1 от 31 августа 2022

### Режим дня для групп общеразвивающей направленности

Режимные моменты (первая половина дня)	Содержание	Ранний возраст	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Утренний прием детей. Профилактический осмотр</b>	Общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, хозяйственно-бытовой труд. Термометрия.	07.00 – 08.10	07.00– 08.10	07.00 – 08.20	07.00 – 08.15	07.00 – 08.15
<b>Утренняя гимнастика</b>		08.10 –08.20	08.10 -08.20	08.20 –08.30	08.15 –08.30	08.15 – 08.30
<b>Подготовка к завтраку Завтрак</b>	Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование культуры приёма пищи. Дежурство.	08.20 – 08.45	08.20– 08.50	08.30 – 08.50	08.30 – 08.45	08.30 – 08.45
<b>Утренний сбор</b>	Развитие коммуникативных навыков, планирование собственной деятельности.	08.45 – 09.00	8.50 - 9.00	08.50 – 09.00	08.45-09.00	08.45-09.00
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*	09.00 – 09.15 09.30 – 09.45	09.00 – 9.40	09.00 – 09.50	09.00 – 10.00	09.00 – 10.20
<b>Второй завтрак</b>	Период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи)	09.45 – 10.00	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.20 – 10.30
<b>Подготовка к прогулке, прогулка.</b>	Двигательная активность: подвижные, спортивные игры, наблюдения, индивидуальная работа с детьми, трудовые поручения самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные ванны.	10.00 – 11.30	9.50 – 11.20	10.00 – 11.40	10.10 – 11.50	10.30 – 11.50
<b>Возращение с прогулки.</b>	Формирование навыков самообслуживания.	11.30 – 11.40	11.20 – 11.45	11.40 -11.50	11.50 – 12.00	11.50-12.00
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*					12.00 – 12.30
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	Формирование культурно-гигиенических навыков, культуры приёма пищи. Дежурство.	11.40 – 12.10	11.45 – 12.15	11.50 – 12.15	12.00 – 12.20	12.30 – 12.45
<b>Подготовка ко сну, сон (дневной отдых)</b>	(перед сном: чтение, слушание аудиозаписей).	12.10 – 15.10	12.15– 15.15	12.15 – 15.10	12.20 – 15.00	12.45 – 15.15
<b>Режимные моменты (вторая половина дня)</b>						
<b>Пробуждение</b>	Оздоровительная гимнастика пробуждения, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, закаливающие процедуры.	15.10 - 15.20	15.15 – 15.25	15.10 – 15.20	15.00 – 15.10	15.15 – 15.25
<b>Вечерний сбор</b>	Развитие коммуникативных навыков, планирование собственной деятельности.	15.20 – 15.40	15.25 – 15.40	15.20 – 15.35	15.10 – 15.20	15.25 – 15.45
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*				15.20 – 15.45	
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	(формирование культурно-гигиенических навыков).	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10	15.35 – 16.00	15.45 – 16.15	15.45 – 16.15
<b>СОД</b>	(игры, труд, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность обучающихся в центрах активности, индивидуальная работа по различным направлениям).	16.10 – 17.00	16.10 –17.00	16.00 – 17.15	16.15 – 17.15	16.15– 17.15
<b>Подготовка к прогулке, прогулка Уход детей домой.</b>	(игры, наблюдение, нерегламентированная двигательная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, оздоровительные пробежки)	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.15 –19.00	17.15 – 19.00	17.15 – 19.00

\* (НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН, (общая деятельность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающая упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики, снятие мышечной усталости)

Рассмотрено:  
 На педагогическом совете  
 Протокол № 1 от 31 августа 2022

Приложение к ООП ДО  
 Утверждено  
 Приказом заведующего  
 № от 31 августа 2022 г.

### Режим дня для групп компенсирующей направленности

Режимные моменты (первая половина дня)	Содержание	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Утренний прием детей. Профилактический осмотр</b>	Общение с родителями, самостоятельная деятельность детей, хозяйственно-бытовой труд. Термометрия.	07.00 – 07.35	07.00 – 07.35
<b>СОД</b>	Деятельность по заданию учителя-логопеда, учителя-дефектолога, самостоятельная деятельность обучающихся в центрах активности, индивидуальная работа по различным направлениям.	07.35 – 08.15	07.35 – 08.15
<b>Утренняя гимнастика</b>		08.15 – 08.30	08.15 – 08.30
<b>Подготовка к завтраку Завтрак</b>	Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование культуры приёма пищи. Дежурство.	08.30 – 08.45	08.30 – 08.45
<b>Утренний сбор</b>	Развитие коммуникативных навыков, планирование собственной деятельности.	08.45-09.00	08.45-09.00
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*	09.00 – 10.00	09.00 – 10.20
<b>Второй завтрак</b>	Период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовка ко второму завтраку, второй завтрак, гигиенические процедуры после приема пищи)	10.00 – 10.10	10.20 – 10.30
<b>Подготовка к прогулке, прогулка.</b>	Двигательная активность: подвижные, спортивные игры, наблюдения, индивидуальная работа с детьми, трудовые поручения самостоятельная деятельность детей, воздушные и солнечные ванны.	10.10 – 11.50	10.30 – 11.50
<b>Возращение с прогулки.</b>	Формирование навыков самообслуживания.	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*		12.00 – 12.30
<b>Подготовка к обеду, обед</b>	Формирование культурно-гигиенических навыков, культуры приёма пищи. Дежурство.	12.00 – 12.20	12.30 – 12.45
<b>Подготовка ко сну, сон (дневной отдых)</b>	(перед сном: чтение, слушание аудиозаписей).	12.20 – 15.00	12.45 – 15.15
Режимные моменты (вторая половина дня)			
<b>Пробуждение</b>	Оздоровительная гимнастика пробуждения, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры, закаливающие процедуры.	15.00 – 15.10	15.15 – 15.25
<b>Вечерний сбор</b>	Развитие коммуникативных навыков, планирование собственной деятельности.	15.10 – 15.20	15.25 – 15.45
<b>Образовательная нагрузка</b>	НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН.*	15.20 – 15.45	
<b>Подготовка к ужину, ужин</b>	(формирование культурно-гигиенических навыков).	15.45 – 16.15	15.45 – 16.15
<b>СОД</b>	(игры, труд, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность обучающихся в	16.15 – 17.15	16.15 – 17.15

	<i>центрах активности, индивидуальная работа по различным направлениям).</i>		
<b><i>Подготовка к прогулке, прогулка Уход детей домой.</i></b>	<i>(игры, наблюдение, нерегламентированная двигательная деятельность, самостоятельная игровая деятельность, оздоровительные пробежки)</i>	17.15 – 19.00	17.15 – 19.00

*\*(НОД в соответствии с реализацией образовательных программ и действующих СанПиН, (общая деятельность, включая перерывы не менее 10 мин., физкультминутка, включающая упражнения на профилактику зрения, общей и мелкой моторики, снятие мышечной усталости)*

**Адаптационный режим пребывания ребёнка в ДОУ**

Временной период	Адаптационные мероприятия
<i>Для детей раннего возраста</i>	
1-я неделя пребывания	Пребывание в группе не более 2-х часов в день
2-я неделя пребывания	Пребывание в группе до 13:00 (до обеда)
3-я и последующие недели пребывания	Пребывание в группе в режиме «полный день» (с учетом результатов прохождения адаптационного периода).
<i>Для детей старшего дошкольного возраста</i>	
1-я неделя пребывания	Пребывание в группе до 13:00 (до обеда)
2-я и последующие недели пребывания	Пребывание в группе в режиме «полный день» (с учетом результатов прохождения адаптационного периода).

Данная схема корректируется воспитателем и педагогом-психологом в зависимости от течения адаптации обучающегося, его возможной болезни в период адаптации, которая увеличивает длительность протекания адаптации.

**Двигательный режим**

<i>Формы организации</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная к школе группа</i>
Утренняя гимнастика	6- 8 мин	6-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин
Физкультминутка во время занятия	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
Динамическая пауза между занятиями (если нет занятий по физкультуре или музыке)	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15- 20 мин	15-20 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Динамический час	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Физкультурные занятия/ плавание	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Гимнастика после дневного сна	5-7 мин	5-10 мин	9-10 мин	9-10 мин
Спортивные развлечения	20 мин 1 р/месяц	30 мин 1 р/месяц	30 мин 1 р/месяц	40-50 мин 1 р/месяц
Спортивные праздники	20 мин 2р/год	40 мин 2р/год	60-90 мин 2р/год	60-90 мин 2р/год
День здоровья	1 р/кв.	1 р/кв.	1 р/кв.	1 р/кв.