

Согласован:  
медсестра  
(по согласованию)  
*Нефёдова О.М.*  
« 30 » 08 2019 года



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
*Кудашева Р.Х.*  
« 08 » 2019 г.

**Режим дня  
в разновозрастной группе от 4 до 7 лет  
в холодный период года (сентябрь - май)**

РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ/МЕРОПРИЯТИЕ	ВРЕМЯ			ДЛИТЕЛЬНОСТЬ (мин.)
	Подгруппы			
	4-5 л	5-6 л	6-7 л	
Приём детей, осмотр. Самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей. Совместная познавательная- исследовательская деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей).	8.00- 8.25	8.00- 30	8.00- 8.30	25; 30;30
<b>Утренняя гигиеническая гимнастика</b> Подготовка к завтраку, завтрак. Воспитание гигиенических навыков.	8	10	12	
Самостоятельная деятельность детей по интересам: игры, общение, подготовка к организованной образовательной деятельности (с привлечением дежурных). Индивидуальная работа с логопедом.	8.25- 8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	25; 20; 20
<b>Организованная образовательная деятельность</b> Динамическая пауза, весёлая минутка (дыхательная и пальчиковая гимнастика, игровые упражнения)		8.50-9.00		10
Подготовка ко второму завтраку. <b>Второй завтрак.</b>	9.00- 9.20	9.00- 9.25	9.00- 9.30	20,25,30
<b>Организованная образовательная деятельность</b> Подготовка ко второму завтраку. <b>Второй завтрак.</b>	9.20-9.35	9.25-9.35	9.30-9.40	15; 10;10
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	9.35-9.55	9.40-10.00.	9.40- 10.10	20,20,30
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	9.55- 10.05	10.00- 10.10.	10.25- 10.35.	10
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	-	15.30-15.55	10.20-10.50	-; 25;30
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка № 1.</b> Познавательная-исследовательская деятельность. Подвижные игры. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа (по физическому развитию, др.). Самостоятельная двигательная деятельность. Элементарно-бытовой труд. <b>Организованная образовательная деятельность по физическому развитию (на воздухе – 1 р. в неделю)</b>	10.05.-12.00	10.10 - 12.10	10.50-12.15	115;120;85
<b>Возвращение с прогулки.</b> Воспитание гигиенических навыков.	10.20-10.45			
Подготовка к обеду, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей). <b>Обед.</b> Воспитание гигиенических навыков.	12.00-12.25	12.10-12.25	12.15-12.30	25; 15; 15
Подготовка ко сну (с использованием музыкотерапии). <b>Дневной сон.</b>	12.25-12.55		12.30-12.55	30; 30 ; 25
Подготовка к полднику. <b>Полдник.</b> Воспитание гигиенических навыков.	12.55-15.00			125
<b>Постепенный подъём.</b> Гимнастика после сна. Оздоровительные закаливающие мероприятия. Воспитание гигиенических навыков, самостоятельная деятельность и т.д.	15.00-15.20			20
Подготовка к полднику. <b>Полдник.</b> Воспитание гигиенических навыков.	15.20-15.30			10
Совместная и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей: игры, общение (в том числе индивидуальное). Досуг. Развлечения. Восприятие художественной литературы и фольклора. Самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей).	15.30.-16.30			60
<b>Организованная образовательная деятельность (старшая подгруппа)</b>	15.30-15.55			
Подготовка к прогулке. <b>Прогулка № 2.</b> Совместная деятельность детей и взрослых. Элементарно-бытовой труд. Индивидуальная работа с детьми. Самостоятельные игры. Командные игры- эстафеты, подвижные игры. Работа с родителями. Постепенный уход детей домой.	16.30-17.00			30
<b>Режим дома.</b> Прогулка, ужин, спокойные игры, культурно – гигиенические процедуры.	17.00-20.40			
<b>Ночной сон</b>	20.40-07.00			

Согласован:  
медсестра  
(по согласованию)  
\_\_\_\_\_ Нефёдова О.М.  
« 30 » 08 2019 года

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
\_\_\_\_\_ Кудашева Р.Х.  
Приказ № 1 от «30 » 08 2019 г.

**Режим дня  
в разновозрастной группе от 4 до 7 лет  
в холодный период года (сентябрь - май)**

РЕЖИМНЫЙ МОМЕНТ/МЕРОПРИЯТИЕ	ВРЕМЯ			ДЛИТЕЛЬНОСТЬ (мин.)
	Подгруппы			
	4-5 л	5-6 л	6-7 л	
<b>Приём детей, осмотр.</b> Самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей. Совместная познавательная- исследовательская деятельность. Индивидуальная работа с детьми. Самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей). <b>Утренняя гигиеническая гимнастика</b>	8.00- 8.25	8.00- 30	8.00- 8.30	25; 30;30
	8	10	12	
Подготовка к завтраку, <b>завтрак.</b> Воспитание гигиенических навыков.	8.25- 8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	25; 20; 20
Самостоятельная деятельность детей по интересам: игры, общение, подготовка к организованной образовательной деятельности (с привлечением дежурных). Индивидуальная работа с логопедом.	8.50-9.00			10
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	9.00- 9.20	9.00- 9.25	9.00- 9.30	20,25,30
<b>Динамическая пауза,</b> весёлая минутка (дыхательная и пальчиковая гимнастика, игровые упражнения)	9.20-9.35	9.25-9.35	9.30-9.40	15; 10;10
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	9.35-9.55	9.40-10.00.	9.40- 10.10	20,20,30
Подготовка ко второму завтраку. <b>Второй завтрак.</b>	9.55- 10.05	10.00- 10.10.	10.25- 10.35.	10
<b>Организованная образовательная деятельность</b>	-	15.30-15.55	10.20-10.50	-; 25;30
<b>Подготовка к прогулке. Прогулка № 1.</b> Познавательная-исследовательская деятельность. Подвижные игры. Физкультурно-развлекательная деятельность. Индивидуальная работа (по физическому развитию, др.). Самостоятельная двигательная деятельность. Элементарно-бытовой труд. <b>Организованная образовательная деятельность по физическому развитию (на воздухе – 1 р. в неделю)</b>	10.05.-12.00	10.10 - 12.10	10.50-12.15  10.20-10.50	115;120;85
<b>Возвращение с прогулки.</b> Воспитание гигиенических навыков.	12.00-12.25	12.10-12.25	12.15-12.30	25; 15; 15
<b>Подготовка к обеду,</b> самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей). <b>Обед.</b> Воспитание гигиенических навыков.	12.25-12.55		12.30-12.55	30; 30 ; 25
Подготовка ко сну (с использованием музыкотерапии). <b>Дневной сон.</b>	12.55-15.00			125
<b>Постепенный подъём.</b> Гимнастика после сна. Оздоровительные закаливающие мероприятия. Воспитание гигиенических навыков, самостоятельная деятельность и т.д.	15.00-15.20			20
Подготовка к полднику. <b>Полдник.</b> Воспитание гигиенических навыков.	15.20-15.30			10
<b>Совместная и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей:</b> игры, общение (в том числе индивидуальное). <b>Досуг. Развлечения. Восприятие художественной литературы и фольклора.</b> Самообслуживание и элементарный бытовой труд (в том числе дежурство детей).	15.30.-16.30			60
<b>Организованная образовательная деятельность (старшая подгруппа)</b>	15.30-15.55			
<b>Подготовка к прогулке. Прогулка № 2.</b> Совместная деятельность детей и взрослых. Элементарно-бытовой труд. Индивидуальная работа с детьми. Самостоятельные игры. Командные игры- эстафеты, подвижные игры. Работа с родителями. Постепенный уход детей домой.	16.30-17.00			30
<b>Режим дома. Прогулка, ужин, спокойные игры, культурно – гигиенические процедуры.</b> <b>Ночной сон</b>	17.00-20.40  20.40-07.00			

### **Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке**

В соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 Постановление Главного санитарного врача РФ от 15.05.2013 №26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

Требования СанПиНа	По СанПиНу	Фактически
Установленные часы приема пищи.	Интервал 3- 4ч. 5-ти разовое питание-12ч.	Соблюдается 4-х разовое питание 9 час.
Прогулка (дневная и вечерняя)	3- 4ч.	2 часа 30 мин
Сон дневной	2,0-2,5ч.	2 часа 00 мин
Самостоятельная деятельность детей	Не менее 3-4ч.	2 часа 25 мин
Продолжительность непрерывной образовательной деятельности: в I половине дня 4-5 лет 5-6 лет 6-7 лет	Не более 40 мин. Не более 45 мин. Не более 1,5 ч	соблюдается соблюдается соблюдается
-во II половине дня 5-6 лет 6-7 лет	Не более 25 мин Не более 30 мин	
Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельности	Не менее 10 мин.	10 мин

