

Утверждаю  
Заведующий МДОУ № 21 «Ласточка» ЯМР  
С.В. Тихонова  
30 августа 2022 г



**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад № 21 «Ласточка» ЯМР**

**Пояснительная записка**

**К режиму дня на 2022 – 2023 учебный год**

**(на тёплый и холодный период)**

Режим дня составлен с расчетом на 12-часовое пребывание ребенка в детском саду. Режим дня является основой организации образовательного процесса в ДОУ. Он составляется на холодный и теплый (летний) период времени года. В рамках режима каждой возрастной группы распределены в течение дня все виды деятельности, графики питания, план образовательной деятельности.

Контроль за выполнением режимов дня осуществляется медицинским работником, административно-управленческим аппаратом, педагогическими работниками, родителями (законными представителями).

**Структура воспитательно-образовательной деятельности в режиме дня с 12-часовым пребыванием детей в ДОУ:**

**Утренний блок – с 7.00 до 9.00**

Включает в себя:

- игровую деятельность;
- физкультурно-оздоровительную работу;
- совместную деятельность воспитателя с ребенком;
- свободную самостоятельную деятельность детей по интересам;
- взаимодействие с семьей.

**Дневной блок – с 9.00 до 15.00**

Включает в себя:

- игровую деятельность;
- совместную образовательную деятельность – с 9.00 – 11.00;
- физкультурно-оздоровительную работу;

- совместную деятельность воспитателя и специалистов узкой направленности с ребенком (индивидуальная работа);
- свободную самостоятельную деятельность детей по интересам.

### **Вечерний блок – с 15.00 до 19.00**

Включает в себя:

- игровую деятельность;
- физкультурно-оздоровительную работу;
- совместную деятельность воспитателя и специалистов узкой направленности с ребенком (индивидуальная работа);
- взаимодействие с семьёй;
- свободную самостоятельную деятельность детей по интересам;
- чтение художественной литературы.

### **Распорядок дня на холодный период**

В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года).

#### **(холодный период года)**

<b>Ранний возраст (1,0-3 года)</b>		<b>Младший дошкольный возраст (3-5 лет)</b>			<b>Старший дошкольный возраст (5-7 лет)</b>		
<b>Режимные моменты</b>	<b>1,5-3 года</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>3-4 года</b>	<b>4-5 лет</b>	<b>Режимные моменты</b>	<b>5-6 лет</b>	<b>6-7 лет</b>
Утренний приём, осмотр, игры.	7.00-8.00	Утренний приём, игры. Самостоятельная игровая деятельность.	7.00-8.00	7.00-8.10	Утренний приём. Самостоятельная игровая деятельность.	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения, ходьба)	8.00-8.10	Утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения, ходьба,	8.00-8.10	8.10-8.20	Утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения, ходьба,	8.10-8.20	8.10-8.20

		оздоровительный бег)			оздоровительный бег) <i>Музыкальный зал</i>		
Гигиенические процедуры (мытьё рук, умывание, осмотр)	8.10-8.20	Гигиенические процедуры (мытьё рук, умывание, осмотр)	8.10-8.15	8.20-8.25	Гигиенические процедуры (мытьё рук, умывание, осмотр)	8.20-8.20	8.20-8.25
Завтрак	8.20-8.40	Завтрак	8.15-8.40	8.25-8.40	Завтрак	8.25-8.40	8.25-8.40
Утренний круг	8.40-9.00	Утренний круг	8.40-9.00	8.40-9.00	Утренний круг	8.40-9.00	8.40-9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие подгрупповые образовательные ситуации на игровой основе	9.00-9.10 9.20-9.30	Организованная образовательная деятельность I период II период (двигательная разминка между занятиями)	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	Организованная образовательная деятельность I период II период II период (двигательная разминка между занятиями)	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Второй завтрак	9.30 – 9.45	Второй завтрак	9.45-10.00	9.55-10.05	Второй завтрак	10.05-10.10	10.10-10.15
Подготовка к прогулке.	9.45-10.00	Подготовка к прогулке.	10.00-10.10	10.05-10.15	Подготовка к прогулке.	10.35-10.45	10.50-11.00
Прогулка (самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры, наблюдения за явлениями природы)	10.00-11.35	Прогулка (самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры, наблюдения за явлениями природы)	10.10-12.00	10.15-12.15	Прогулка (самостоятельная игровая деятельность, подвижные игры, наблюдения за явлениями природы)	10.45-12.20	11.00-12.30
Возвращение с прогулки (гигиенические	11.35-11.50	Возвращение с прогулки (гигиенические	12.00-12.20	12.15-12.25	Возвращение с прогулки (гигиенические	12.20-12.25	12.30-12.40

процедуры: раздевание, мытьё рук, умывание)		процедуры: раздевание, мытьё рук, умывание)			процедуры: раздевание, мытьё рук, умывание)		
Обед	11.50-12.20	Обед	12.20-12.40	12.25-12.50	Обед	12.25-12.50	12.40-13.10
Подготовка ко сну	12.20-12.10	Подготовка ко сну	12.40-12.50	12.50-13.00	Подготовка ко сну	12.50-13.00	13.00-13.10
Дневной сон	12.10-15.00	Дневной сон	12.50-15.00	13.00-15.00	Дневной сон	13.00-15.00	13.10-15.10
Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры, полдник	15.00-15.20	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00-15.15	15.00-15.20	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры	15.00 – 15.20	15.10 – 15.30
Полдник	15.20-15.35	Полдник	15.15-15.30	15.20-15.35	Полдник	15.20-15.35	15.30-15.40
Самостоятельная игровая деятельность (индивидуальные игры, сюжетно- ролевые, строительные, настольно-печатные, игры-фантазии, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми, кружки)	15.35-16.40	Самостоятельная игровая деятельность (индивидуальные игры, сюжетно- ролевые, строительные, настольно- печатные, игры- фантазии, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми, кружки)	15.30-16.50	15.35-17.00	Самостоятельная игровая деятельность (индивидуальные игры, сюжетно- ролевые, строительные, настольно- печатные, игры- фантазии, чтение художественной литературы, индивидуальная работа с детьми, кружки)	15.35-17.00	15.40-17.10
Вечерний круг	16.40-16.50	Вечерний круг	16.50-17.00	17.00-17.10	Вечерний круг	17.00-17.10	17.10-17.20
Ужин	16.50-17.10	Ужин	17.00-17.20	17.10-17.25	Ужин	17.10-17.30	17.20-17.40

Подготовка к прогулке	17.10-17.25	Подготовка к прогулке	17.20-17.30	17.25-17.35	Подготовка к прогулке	17.30-17.45	17.40-17.45
Прогулка (игровая деятельность: игры средней и малой подвижности), уход детей домой	17.25-19.00	Прогулка (самостоятельная игровая деятельность: игры средней и малой подвижности), уход детей домой	17.30-19.00	17.35-19.00	Прогулка (самостоятельная игровая деятельность: игры средней и малой подвижности), уход детей домой	17.45-19.00	17.45-19.00

Утверждаю  
Заведующий МДОУ № 21 «Ласточка» ЯМР  
\_\_\_\_\_ С.В.Тихонова  
30 августа 2022г

### Организация жизнедеятельности дошкольника в течение дня (тёплый период года)

Ранний возраст		Младший дошкольный возраст			Старший дошкольный возраст		
Режимные моменты	1,0-3 года	Режимные моменты	3-4 года	4-5 лет	Режимные моменты	5-6 лет	6-7 лет
Утренний прием на улице, игры, свободная деятельность.	7.00-8.10	Утренний приём на воздухе, игры	7.00-8.20	7.00-8.30	Утренний приём, игры	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя игровая зарядка на воздухе. Гигиенические процедуры перед завтраком.	8.10-8.30	Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег. Гигиенические процедуры перед завтраком.	8.20-8.30	8.30-8.40	Утренняя гимнастика на воздухе, оздоровительный бег. Гигиенические процедуры перед завтраком.	8.30-8.45	8.30-8.45
Завтрак	8.30-9.00	Завтрак	8.30-9.00	8.40-9.10	Завтрак	8.45-9.05	8.45-9.05
Подготовка к прогулке, выход на прогулку.	9.00-9.20	Игры, подготовка к прогулке.	9.00-9.20	9.10-9.30	Подготовка к прогулке	9.05-11.40	9.05-11.45

Прогулка. Образовательная деятельность (согласно расписания летнего оздоровительного периода), самостоятельная, предметная, познавательная, исследовательская, конструктивная деятельность.	9.20 -11.50	Прогулка, игры-занятия, непосредственно образовательная деятельность (согласно расписания летнего оздоровительного периода), самостоятельная предметная, познавательная, исследовательская, конструктивная деятельность	9.20-11.20	9.30-11.30	Прогулка, игры-занятия, непосредственно образовательная деятельность (согласно расписания летнего оздоровительного периода), самостоятельная предметная, познавательная, исследовательская, конструктивная деятельность		
Раздевание. Гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед	11.50-12.30	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед.	11.20-12.10	11.20-12.20	Гигиенические процедуры, подготовка к обеду. Обед.	11.40 -12.10	11.45-12.10
Дневной сон	12.30-15.30	Дневной сон	12.10-15.30	12.20-15.35	Дневной сон	12.10-15.10	12.10-15.10
Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.30-16.00	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.30-16.00	15.35-16.00	Постепенный подъём, гигиенические и закаливающие процедуры.	15.10-15.40	15.15-15.45
Игры, самостоятельная	16.00-16.20	Игры, самостоятельная	16.00-16.30	16.00-16.40	Игры, самостоятельная	15.40-16.10	15.45-16.10

деятельность.		деятельность.			деятельность.		
Подготовка к ужину, ужин.	16.20-16.40	Подготовка к ужину, ужин.	16.30-17.00	16.40-17.00	Подготовка к ужину, ужин.	16.10-16.30	16.10-16.25
Прогулка. Совместная образовательная деятельность (по подгруппам) Уход детей домой	16.40-19.00	Прогулка Совместная образовательная деятельность Уход детей домой.	17.00-19.00	17.00-19.00	Прогулка Совместная образовательная деятельность. Уход детей домой.	16.30-19.00	16.25-19.00

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20С и скорости ветра более 15 м/с.