

Режим дня в МБДОУ «Детский сад №365» г.о.Самара

Описание ежедневной организации жизни и деятельности детей в Бюджетной организации отражает режим дня. Организация жизни и деятельности детей соответствует возрастным и психофизиологическим особенностям и способствует гармоничному развитию. Режим дня составлен с расчетом на 12-часовое пребывание ребенка в детском саду.

Максимальная продолжительность бодрствования детей составляет 5,5 – 6 часов. Продолжительность прогулок составляет 3-4 часа. Общая продолжительность дневного сна 2- 2,5 часа. На самостоятельную деятельность отводится не менее 3-4 часов.

Общее количество НОД в каждой возрастной группе не превышает допустимые нормы. Организация НОД строится с учетом возрастных особенностей дошкольников, требований СанПиНа. В первой половине дня в младших и средних группах непосредственно образовательная деятельность не превышает 30 и 40 минут соответственно, в группах старшего дошкольного возраста 45 минут 1,5 часа. В группах детей старшего дошкольного возраста образовательная деятельность может осуществляться во второй половине дня. Ее продолжительность не более 25- 30 минут в день. Перерывы составляют не менее 10 минут. Количество компонентов непосредственно образовательной деятельности и их продолжительность, время проведения соответствуют требованиям СанПиН. Непосредственно образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления непосредственно образовательная деятельность познавательной направленности чередуются с непосредственно образовательной деятельностью физкультурно- оздоровительного и художественно-эстетического направления. Музыкальное развитие детей в МБДОУ осуществляет музыкальный руководитель, физическое развитие – инструктор по физической культуре.

Режим дня I младшей группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (в группе).	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00	30 мин	8.30 – 9.00	30 мин
3	Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам (включая 10 мин	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30	I подгр. 10 мин +10 мин пер. II подгр. 10 мин	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30	I подгр. 10 мин +10 мин пер.

	перерыв).				II подгр. 10мин
4	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	9.30 – 11.30	120 мин	9.30 – 11.30	120 мин
5	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей.	11.30 – 12.00	30 мин	11.30 – 12.00	30 мин
6	Подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.30	30 мин	12.00 – 12.30	30 мин
7	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 – 15.30	180 мин	12.30 – 15.30	180 мин
8	Постепенный подъём, самостоятельная деятельность.	15.30 – 15.45	15 мин	15.30 – 15.45	15 мин
9	Подготовка к полднику, полдник.	15.45 – 16.00	15 мин	15.45 – 16.00	15 мин
10	Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам.	16.00 – 16.10 16.20 – 16.30	I подгр. 10 мин +10 мин пер. II подгр. 10 мин	-	-
11	Самостоятельная деятельность.	16.30 – 16.50	20 мин	16.00 – 16.30	30 мин
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.50 – 18.10	80 мин	16.30 – 18.10	100 мин
13	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
15	Самостоятельная деятельность, уход домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
16	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	200 мин	220 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	180 мин	180 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9)	I половина дня -10 мин/10 мин II половина дня – 10 мин/10 мин	10 мин//10мин

Режим дня II младшей группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50	20 мин	8.30 – 8.50	20 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно	8.50 – 9.00	10 мин	8.50 – 9.00	10 мин

	образовательной деятельности.				
4	Непосредственно образовательная деятельность (включая 10-25 мин перерыв).	9.00 - 9.55	30 мин + 10-25 мин перерыв	9.00 – 9.15	15 мин
5	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	9.55 – 11.50	115 мин	9.15 - 11.50	155 мин
6	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	11.50 – 12.05	15 мин	11.50 – 12.05	15 мин
7	Подготовка к обеду, обед.	12.05 – 12.30	25 мин	12.05 – 12.30	25 мин
8	Подготовка ко сну, дневной сон.	12.30 - 15.00	150 мин	12.30 - 15.00	150 мин
9	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин
10	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.50	20 мин	15.30 – 15.50	20 мин
11	Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.50 – 16.10	20 мин	15.50 – 16.10	20 мин
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.10 – 18.00	110 мин	16.10 – 18.00	110 мин
13	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность.	18.00 – 18.30	30 мин	18.00 – 18.30	30 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
15	Игры, уход детей домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
16	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	225 мин	265 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	150 мин	150 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	15мин/30 мин	15 мин/15мин

Режим дня средней группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50	20 мин	8.30 – 8.50	20 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.50 – 9.00	10 мин	8.50 – 9.00	10 мин
4	Непосредственно	9.00 – 10.20	40 мин	9.00 – 9.20	20 мин

	образовательная деятельность (включая 10 - 40 мин перерыв).		+10 - 40 мин пер.		
5	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	10.20 - 11.50	90 мин	9.20 - 11.50	150 мин
6	Возвращение с прогулки, игры.	11.50 – 12.05	15 мин	11.50 – 12.05	15 мин
7	Подготовка к обеду, обед.	12.05 – 12.30	25 мин	12.05 – 12.30	25 мин
8	Подготовка ко сну. дневной сон.	12.30 - 15.00	150 мин	12.30 - 15.00	150 мин
9	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин
10	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.45	15 мин	15.30 – 15.45	20 мин
11	Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.45 – 16.10	25 мин	15.45 – 16.10	25 мин
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.10 – 18.10	120 мин	16.10 – 18.10	120 мин
13	Возвращение с прогулки, игры.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.50	20 мин	18.30 – 18.50	20 мин
15	Игры, уход детей домой.	18.50 – 19.00	10 мин	18.50 – 19.00	10 мин
16	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	210 мин	270 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	150 мин	150 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	20 мин/40 мин	20мин/20мин

Режим дня старшей группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.55	25 мин	8.30 – 8.55	25 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55 – 9.00	5 мин	8.55 – 9.00	5 мин
4	Непосредственно образовательная деятельность (включая 10-25 мин перерыв).	9.00 – 10.10	45 мин +10-25 мин пер.	9.00 – 9.25	25 мин
5	Самостоятельная деятельность.	10.10 – 10.30	20 мин	9.25 – 9.55	30 мин
6	Подготовка к прогулке,	10.30 - 12.20	110 мин	9.55 - 12.20	145 мин

	прогулка, самостоятельная деятельность.				
7	Возвращение с прогулки, игры.	12.20 – 12.30	10 мин	12.20 – 12.30	10 мин
8	Подготовка к обеду, обед.	12.30 – 12.50	20 мин	12.30 – 12.50	20 мин
9	Подготовка ко сну. дневной сон.	12.50 - 15.00	130 мин	12.50 - 15.00	130 мин
10	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин
11	Подготовка к полднику, полдник, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	15.30 – 16.00	30 мин	15.30 – 16.00	30 мин
12	Непосредственно образовательная деятельность.	16.00 – 16.25	25 мин	-	-
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.25 – 18.15	110 мин	16.00 – 18.15	135 мин
14	Возвращение с прогулки, игры.	18.15 – 18.30	15 мин	18.15 – 18.30	15 мин
15	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
16	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
17	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	220 мин	280 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	130 мин	130 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	I половина дня -20-25 мин/45 мин II половина дня – 25 мин/25 мин	25 мин/ 25мин

Режим дня подготовительной к школе группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50	20 мин	8.30 – 8.50	20 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.50 – 9.00	10 мин	8.50 – 9.00	10 мин
4	Непосредственно образовательная деятельность (включая 10 мин перерыв).	9.00 – 10.50	90 мин + 20 мин пер.	9.00 – 9.30	30 мин
5	Игры, самостоятельная деятельность.	10.50 – 11.00	10 мин	9.30 – 10.00	30 мин
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная	11.00 - 12.30	90 мин	10.00 - 12.30	150 мин

	деятельность.				
7	Возвращение с прогулки, игры.	12.30 – 12.40	10 мин	12.30 – 12.40	10 мин
8	Подготовка к обеду, обед.	12.40 – 13.00	20 мин	12.40 – 13.00	20 мин
9	Подготовка ко сну. дневной сон.	13.00 - 15.00	120 мин	13.00 - 15.00	120 мин
10	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин
11	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.40	20 мин	15.30 – 15.40	20 мин
12	Непосредственно образовательная деятельность	16.00 – 16.30	30 мин	-	-
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.30 – 18.10	100 мин	15.40 – 18.10	150 мин
14	Возвращение с прогулки, игры.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
15	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
16	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
17	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	190 мин	300 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	120 мин	120 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	30 мин/90 мин	30 мин/90 мин

Режим дня старшей логопедической группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.55	25 мин	8.30 – 8.55	25 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.55 – 9.00	5 мин	8.55 – 9.00	5 мин
4	Непосредственно образовательная деятельность (включая 10-20 мин перерыв).	9.00 – 10.25	45 мин +10-20 мин пер.	9.00 – 9.25	25 мин
5	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	10.25 - 12.20	115 мин	9.55 - 12.20	145 мин
6	Возвращение с прогулки, игры.	12.20 – 12.30	10 мин	12.20 – 12.30	10 мин
7	Подготовка к обеду, обед.	12.30 – 12.50	20 мин	12.30 – 12.50	20 мин
8	Подготовка ко сну. дневной сон.	12.50 - 15.00	130 мин	12.50 - 15.00	130 мин
9	Постепенный подъём,	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин

	воздушные и водные процедуры, самостоятельная деятельность.				
10	Подготовка к полднику, полдник, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	15.30 – 16.00	30 мин	15.30 – 16.00	30 мин
11	Непосредственно образовательная деятельность.	16.00 – 16.25	25 мин	-	-
12	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.25 – 18.15	110 мин	16.00 – 18.15	135 мин
13	Возвращение с прогулки, игры.	18.15 – 18.30	15 мин	18.15 – 18.30	15 мин
14	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
15	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
16	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	225 мин	280 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	130 мин	130 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	I половина дня -20-25 мин/45 мин II половина дня – 25 мин/25 мин	25 мин/ 25мин

Режим дня подготовительной к школе логопедической группы

№ п/п	Режимные моменты	Время проведения			
		Холодный период		Тёплый период	
1	Приём, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30	90 мин	7.00 – 8.30	90 мин
2	Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 8.50	20 мин	8.30 – 8.50	20 мин
3	Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к непосредственно образовательной деятельности.	8.50 – 9.00	10 мин	8.50 – 9.00	10 мин
4	Непосредственно образовательная деятельность (включая 20-25 мин перерыв).	9.00 – 10.50	90 мин + 20-25 мин пер.	9.00 – 9.30	30 мин
5	Игры, самостоятельная деятельность.	10.50 – 11.00	10 мин	9.30 – 10.00	30 мин
6	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	11.00 - 12.30	90 мин	10.00 - 12.30	150 мин
7	Возвращение с прогулки, игры.	12.30 – 12.40	10 мин	12.30 – 12.40	10 мин
8	Подготовка к обеду, обед.	12.40 – 13.00	20 мин	12.40 – 13.00	20 мин
9	Подготовка ко сну. дневной сон.	13.00 - 15.00	120 мин	13.00 - 15.00	120 мин
10	Постепенный подъём, воздушные и водные процедуры,	15.00 – 15.30	30 мин	15.00 – 15.30	30 мин

	самостоятельная деятельность.				
11	Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 15.40	20 мин	15.30 – 15.40	20 мин
12	Игры, самостоятельная деятельность детей.	15.40 – 16.20	40 мин	15.40 – 16.20	40 мин
13	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность.	16.20 – 18.10	110 мин	16.20 – 18.10	110 мин
14	Возвращение с прогулки, игры.	18.10 – 18.30	20 мин	18.10 – 18.30	20 мин
15	Подготовка к ужину, ужин.	18.30 – 18.45	15 мин	18.30 – 18.45	15 мин
16	Игры, уход детей домой.	18.45 – 19.00	15 мин	18.45 – 19.00	15 мин
17	Итого:		720 мин		720 мин

Примечание:

Режимные моменты	Холодный период	Тёплый период
Продолжительность прогулок (СанПиН раздел XI п.11.5.)	200 мин	260 мин
Интервал между приёмами пищи (СанПиН раздел XI п.11.7.)	не более 4 ч	не более 4 ч
Продолжительность дневного сна (СанПиН раздел XI п.11.7.)	120 мин	120 мин
Продолжительность ОД/ максимальный объём ОД (СанПиН раздел XI п.11.9.-11.11.)	30 мин/90 мин	30 мин/90 мин