

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребёнка детский сад № 34 «Звёздочка»

УТВЕРЖДЕН

Приказом заведующего МДОУ – детский сад № 34 «Звёздочка» г. Серпухова  
от «02» сентября 2019 г. № 108

РЕЖИМ ДНЯ  
холодный период

Вид деятельности	Возрастная группа				
	Группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготов. к школе группа (6-7 лет)
1	3	4	5	6	7
Прием детей, самостоятельная деятельность детей	7.30-7.50	7.00-7.50	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	7.50-8.00 по желанию детей	7.50 – 8.00	8.00-8.10	8.10 - 8.20	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20	8.00-8.20	8.10-8.30	8.20-8.40	8.30-8.50
Подготовка и проведение игры –занятия (по подгруппам)	8.50 – 9.00 9.00 – 9.10	—	—	—	—
Самостоятельная деятельность. Игры	8.20 – 8.30	8.20-9.00	8.30-9.00	8.40-9.00	8.50-9.00
НОД	—	9.00-9.15 9.25 – 9.40	9.00-9.20 9.30-9.50	9.00-9.25 9.35– 10.00	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50
Самостоятельная деятельность. Игры	8.50 – 9.20	—	—	—	—

Второй завтрак	9.10 - 9.20	9.40-9.50	9.50-10.00	9.25 – 9.35	10.10– 10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка (игры, наблюдения, труд), самостоятельная деятельность на прогулке	9.20 - 11.20	9.50-11.50	10.00-12.00	10.00-12.10	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.30	11.50-12.10	12.00-12.10	12.10-12.20	12.30-12.40
Обед	11.30-11.50	12.10-12.30	12.10-12.30	12.20-12.40	12.40-12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.50– 12.00	12.30-12.40	12.30-12.40	12.40-12.50	12.55-13.05
Дневной сон	12.00-15.00	12.40-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.05-15.05
Подъем, гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры, закаливающие процедуры	15.00– 15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.05-15.20
Самостоятельная деятельность, игры	15.15-15.20	15.15-16.00	15.15-16.05	15.15-16.10	15.20-16.15
Подготовка и проведение игры –занятия (по подгруппам)	15.20–15.30 15.40-15.50	_____	_____	_____	_____
НОД	_____	_____	_____	15.10-15.35	15.40-16.10
Подготовка к ужину, ужин	15.50 – 16.15	16.00-16.15	16.05-16.20	16.10-16.25	16.15-16.30
Самостоятельная деятельность, игры	_____	16.15- 16.45	16.20 – 16.45	16.25-16.45	16.30– 6.45

Чтение художественной литературы	_____	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00	16.45-17.00
Подготовка к прогулке, Прогулка, уход детей домой самостоятельная деятельность детей	16.15-18.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00

## Пояснительная записка

Режим дня составлен на основе:

- СанПин «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях»
- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования»
- Основной образовательной программы дошкольного учреждения
- Устава дошкольного учреждения

**Режим дня** холодный период года соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Режим дня подразделяется на два периода холодный и теплый т.к. дошкольное учреждение находится в умеренно-континентальном климатическом поясе с умеренно холодной зимой и теплым летом.

Холодный период года составляет 9 месяцев с сентября по май. В этот период общая продолжительность прогулки детей раннего возраста составляет - 3 ч 40 мин: в первой половине 2 часа и во второй половине дня – 1 час 40 мин.

У детей четвертого, пятого и шестого года жизни общая продолжительность прогулки составляет - 4 часа: в первой половине - 2 часа и во второй половине - 2 часа.

У детей седьмого года жизни общая продолжительность прогулки составляет - 3 часа 40 мин. В первой половине дня - 1ч 40 мин, во второй половине дня - 2 часа.

Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Продолжительность дневного сна у детей раннего возраста составляет - 3 часа, у детей четвертого и пятого года жизни 2 часа 20 минут, у детей шестого и седьмого года жизни 2 часа 10 минут.

На самостоятельную деятельность детей дошкольного возраста отводится у детей 3-5 лет 4 часа 15 мин; у детей 5-6 лет 4 часа 10 мин, у детей 6-7 лет 4 часа 05 мин.

Для детей раннего возраста 1.5 до 3 лет продолжительность непрерывной образовательной деятельности составляет 10 минут

В дошкольном возрасте продолжительность непрерывной образовательной деятельности составляет для детей от 3 до 4 лет - 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - 30 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет 25 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

