

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом МБДОУ-д/с №5  
(Протокол №1 от 28.08.2023 г.)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий МБДОУ-д/с №5  
*Закирова* /Э.И.Закирова  
Приказ № 83- ОД от 28.08.2023 г.

## **РЕЖИМ ДНЯ**

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения - детского сада №5 города Агрыз  
Агрызского муниципального района Республики Татарстан

на 2023 -2024 учебный год

Режим работы МБДОУ - 10,5 часов, 5-дневная рабочая неделя, график работы с 7.00 до 17.30 часов, выходные дни – суббота и воскресенье, праздничные дни.

**Возрастные группы на 2023 – 2024 учебный год:**

Группа раннего возраста – 1-2 лет;  
Первая младшая группа-2 -3 года;  
Вторая младшая группа - 3-4 года;  
Средняя группа - 4-5 лет;  
Старшая группа- 5-6 лет;  
Подготовительная группа - 6-7 лет.

Режим дня предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение.

Режим дня составлен в соответствии СанПиН (1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; 2.3./2.4. 3590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»), условий реализации программы ДОУ, потребностей участников образовательных отношений.

Основным компонентом режима ДОУ являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность, и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена.

Режим дня является гибким, однако неизменным остается время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну, проведение ежедневной прогулки.

Режим дня построен с учетом сезонных изменений, от длительности пребывания детей в ДОУ и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

**Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня.**

Показатель	Возраст	Норматив
<b>Требования к организации образовательного процесса</b>		
Начало занятий не ранее	Все возрасты	08.00
Окончание занятий, не позднее	Все возрасты	17.00
Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста, не позднее	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	10 мин. 15 мин. 20 мин. 25 мин. 30 мин.
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет от 3 до 4 лет от 4 до 5 лет от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	20 мин 30 мин 40 мин 50 мин. или 75 мин. при организации 1 занятия после дневного сна 90 мин.
Продолжительность перерывов между занятий, не менее	Все возрасты	10 мин
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	Все возрастные группы	2-х минут
<b>Показатели организации режима дня</b>		
Продолжительность дневного сна	1-3 лет 4-7 лет	3 ч. 2,5 ч.
Продолжительность прогулок, не менее	Для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	Все возрасты	1 час в день
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 мин.

**Режим дня в холодный период (от 1 до 2 лет)**

<b>Содержание</b>	<b>Время (в холодный период)</b>
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (игры, предметная деятельность и др.)	08.30 – 09.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	09.00 – 09.30
Занятие в игровой форме по подгруппам	<b>1 подгруппа</b> 09.00 – 09.10 <b>2 подгруппа</b> 09.20 – 09.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 - 12.20
Подготовка ко сну, сну	12.20 – 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	16.00 – 16.30
Занятие в игровой форме по подгруппам	<b>1 подгруппа</b> 16.00 – 16.10 <b>2 подгруппа</b> 16.20 – 16.30
Вечерняя прогулка (прогулка с родителями), активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.), уход домой	16.30 – 17.30

**Режим дня в теплый период (от 1 до 2 лет)**

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	07.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	09.00 – 09.30
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.30 – 11.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.20
Подготовка ко сну, сну, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.20 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	16.00 – 16.30
Вечерняя прогулка (прогулка с родителями), активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.), уход домой	16.30 – 17.30

**Режим дня в холодный период (от 2 до 3 лет)**

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 -8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Занятия в игровой форме по подгруппам	09.00 - 09.30
Подготовка к прогулке, прогулка	09.30 – 11.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 – 15.30

Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30 – 17.30

**Режим дня в теплый период (от 2 до 3 лет)**

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 -8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.30 – 09.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	09.00 - 09.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, занятия игровой форме по подгруппам	09.30 – 10.00
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.30
Подготовка к прогулке, вечерняя прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.30 – 17.30

**Режим дня для детей с 3 до 7 лет.**

<b>Содержание</b>	<b>3-4 лет</b>	<b>4-5 лет</b>	<b>5-6 лет</b>	<b>6-7 лет</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	07.00 – 08.20	07.00 – 08.20	07.00 – 08.30	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.40	08.20 - 08.50	08.30 - 8.55	08.30 - 08.55
Игры, подготовка к занятиям	08.40 – 09.00	08.50 – 09.00	08.55 – 09.00	08.55 – 09.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 мин, перерыв между занятиями, не менее 10 мин)	09.00 – 09.15 09.25 - 09.40	09.00 - 09.20 09.30 – 09.50	09.00-09.25 09.35 - 10.00	09.00 – 09.30 09.40 – 10.10 10.20 - 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	09.40 –12.05	09.50 –12.15	10.00 – 12.30	10.50 – 12.40
Второй завтрак	10.30 – 10.40	10.35 – 10.45	10.40 – 10.50	10.50 – 11.00
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 13.00	12.15 – 13.00	12.30 – 13.00	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Занятия	-	-	16.00 – 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	-	16.00 – 16.30
Игры, самостоятельная (двигательная) деятельность, вечерняя прогулка, уход домой	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.25 – 17.30	16.30 – 17.30

**Режим дня в теплый период для детей от 3 до 7 лет**

<b>Содержание</b>	<b>3-4 лет</b>	<b>4-5 лет</b>	<b>5-6 лет</b>	<b>6-7 лет</b>
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 мин)	07.00 – 08.20	07.00 – 08.20	07.00 – 08.30	07.00 – 08.30
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 09.00	08.20 - 09.00	08.30 - 09.00	08.30 - 09.00
Игры, самостоятельная деятельность	09.00 – 09.20	09.00 – 09.15	09.00 – 09.15	-
Второй завтрак	10.30 – 10.40	10.35 – 10.45	10.40 – 10.50	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.20 – 12.05	09.15 – 12.15	09.15 – 12.30	09.00 – 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.05 – 13.00	12.15 – 13.00	12.30 – 13.00	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30	13.00 – 15.30
Полдник	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30
Игры, самостоятельная (двигательная) деятельность, прогулка, уход домой	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30	16.30 – 17.30