

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 6 «Светлячок»

(МБДОУ «Детский сад №6 «Светлячок»)

Советская площадь, д.14а, г. Рыльск, Курская обл. 307370

тел. +7(47152) 2-23-75

e-mail detskiy.sadv6@mail.ru

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 6 «Светлячок»
(протокол от 30.05.2023 г. №5)

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБДОУ «Детский сад № 6
«Светлячок»
от 30.08.2023 г. № 1-132



Режим и распорядок дня МБДОУ «Детский сад №6 «Светлячок»

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

Режим и распорядок дня соответствует санитарным правилам и нормам СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарными правилами СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования).

Режим дня (холодный период года)

Режимные моменты	Время			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей (утренний фильтр), игры, самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.25	7.00-8.30
Утренняя зарядка, элементы дыхательной гимнастики.	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Подготовка к приему пищи. Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.40-8.55
Игры. Подготовка к занятиям	8.50-9.20	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Занятия	Перерыв 9.35-9.45	Перерыв 9.20-9.30	Перерывы 9.25-9.35, 10.00-10.10	Перерывы 9.30-9.40, 10.10-10.20
Понедельник	9.20-10.00	9.00- 9.50	9.00-10.35	9.00-10.10 16.10-16.40
Вторник	9.20-10.00	9.00- 9.50	9.00-10.00 16.05-16.30	9.00-10-50
Среда	9.20-10.00	9.00- 9.50	9.00-10.35	9.00-10-50
Четверг	9.20-10.00	9.00- 9.50	9.00-10.35 16.05-16.30	9.00-10.10 16.10-16.40
Пятница	9.20-10.00	9.00- 9.50	9.00-10.35	9.00-10-50
Подготовка к приему пищи. Второй завтрак	10.00-10.15	10.05-10.20	10.35- 10.45	10.50-11.00
Подготовка к прогулке	10.15-10.25	10.20-10.30	10.45-10.55	11.00-11.10
Прогулка	10.25-11.55	10.30-12.00	10.55-12.25	11.10-12.40
Возвращение с прогулки, самообслуживание	11.55-12.05	12.00-12.10	12.25-12.35	12.40-12.45
Подготовка к приему пищи. Обед	12.05-12.35	12.10-12.45	12.35-12.55	12.45-13.00
Подготовка ко сну	12.35-12.45	12.45-12.50	12.55-13.00	13.00-13.05
Дневной сон	12.45-15.15	12.50-15.20	13.00-15.30	13.05 -15.35
Постепенный подъем, профилактическая гимнастика, закаливающие процедуры	15.15-15.30	15.20-15.35	15.30-15.40	15.35-15.45
Подготовка к приему пищи, уплотненный полдник	15.30-15.50	15.35-15.55	15.40-16.00	15.45-16.00
Занятия (при необходимости), совместная деятельность педагога-психолога с детьми, конструирование, чтение худ. лит-ры, игры, самостоятельная деятельность детей	15.50-16.20	15.55-16.30	16.00-16.40	16.00-16.50
Подготовка к прогулке.	16.20-16.30	16.30-16.40	16.40-16.50	16.50-16.55
Прогулка.	16.30-18.00	16.40-18.10	16.50-18.20	16.55-18.25
Возвращение с прогулки, самообслуживание	18.00-18.10	18.10-18.20	18.20-18.30	18.25-18.35
Совместная деятельность педагога с детьми (индивидуальная работа), самостоятельная деятельность детей	18.10 -19.00	18.20-19.00	18.30-19.00	18.35-19.00
Взаимодействие педагога с родителями Уход детей домой	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00

Режим дня (теплый период года)

Режимные моменты	Время			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Прием детей (утренний фильтр), игры, самостоятельная деятельность.	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.25	7.00-8.30
Утренняя зарядка, элементы дыхательной гимнастики.	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.40
Подготовка к приему пищи. Завтрак	8.10-8.50	8.20-8.50	8.30-8.50	8.40-8.55
Игры. Подготовка к занятию	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
Занятие	9.20-9.35	9.00- 9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
Подготовка к прогулке	9.35-9.50	9.20-9.40	9.25-9.35	9.30-9.40
Прогулка (подвижные игры)	9.50- 11.50	9.40-12.00	9.35-12.05	9.40-12.10
Подготовка к приему пищи. Второй завтрак	10.00-10.15	10.05-10.20	10.35- 10.45	10.50-11.00
Возвращение с прогулки, самообслуживание	11.50-12.00	12.00-12.05	12.05-12.10	12.10-12.15
Подготовка к приему пищи. Обед	12.00-12.30	12.05-12.35	12.10-12.40	12.15-12.45
Подготовка ко сну	12.30-12.40	12.35-12.45	12.40-12.50	12.45-12.55
Дневной сон	12.40-15.10	12.45-15.15	12.50-15.20	12.55-15.25
Постепенный подъем, профилактическая гимнастика, закаливающие процедуры	15.10-15.30	15.15-15.35	15.20-15.40	15.25-15.45
Подготовка к приему пищи, уплотненный полдник	15.30-15.50	15.35-15.55	15.40-16.00	15.45-16.05
Совместная деятельность педагога с детьми (чтение художественной литературы, конструктивно-модельная деятельность; игры с педагогом-психологом)	15.50-16.15	15.55-16.30	16.00-16.40	16.05-16.50
Подготовка к прогулке.	16.15-16.30	16.30-16.45	16.40-16.50	16.50-17.00
Прогулка (подвижные игры)	16.30-19.00	16.45-19.00	16.50-19.00	17.00 – 19.00
Взаимодействие педагога с родителями	До 19.00	До 19.00	До 19.00	До 19.00
Уход детей домой				