

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО:  на заседании  педагогического совета  Холмогорского ДС «Домовенок»  Протокол № \_\_ от | УТВЕРЖДАЮ:  Заведующая МБДОУ  Холмогорского ДС «Домовенок»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Б.Ильиных  Приказ № |

**Режим дня детей дошкольного возраста**

**(холодный период года)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Режимные моменты** | **1-я Младшая группа** | **2-я Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Старшая компен**  **сирующая** | **Подготови**  **тельная комбинированная группа** |
|  | **Дома** |  |  |  |  |  |  |
|  | Подъем, утренний туалет. | 7.00 - 7.30 | 7.00 - 7.30 | 7.00 - 7.30 | 6.30 - 7.00 | 6.30 - 7.00 | 6.30 - 7.00 |
|  | **В дошкольном учреждении** |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Прием детей, осмотр. | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 | 7.00 - 8.00 |
| 2 | Игры, беседы, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей | 8.00 – 8.20 | 7.00 – 8.20 | 7.00 - 8.30 | 7.00 – 8.00 | 7.00 – 8.10 | 7.00 – 8.10 |
| 3 | Утренняя гимнастика | 8.20 – 8.25  (в группе) | 8.20 – 8.28  (в зале) | 8.30 – 8.38  (в зале) | 8.00 – 8.10  (в зале) | 8.10 – 8.20  (в зале) | 8.10 – 8.20  (в зале) |
| 4 | Самостоятельная деятельность детей | - | - | - | 8.10 – 8.25  (15 мин) | 8.20 – 8.35  (15 мин) | 8.20 – 8.35  (15 мин) |
| 5 | Подготовка к завтраку (получение пищи) | 8.20 – 8.25 | 8.30 - 8.35 | 8.40-8.45 | 8.25 - 8.30 | 8.35 - 8.40 | 8.35 - 8.40 |
| 6 | Подготовка к завтраку в группе | 8.25 – 8.30 | 8.35 - 8.40 | 8.45-8.50 | 8.30 - 8.35 | 8.40 - 8.45 | 8.40 - 8.45 |
| 7 | **ЗАВТРАК** | **8.30 – 8.45**  (15 мин) | **8.40 – 8.55**  (15 мин) | **8.50 – 9.05**  (15 мин) | **8.35 - 8.45**  (10 мин) | **8.45-8.55**  (10 мин) | **8.45-8.55**  (10 мин) |
| 8 | Самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям | 8.45 – 9.00  (15 мин) | 8.55 - 9.10  (15 мин) | 9.05 – 9.20  (15мин) | 8.45 – 9.00  (15 мин) | 8.55 - 9.00  (5 мин) | 8.55 - 9.00  (5 мин) |
| 9 | Организованная образовательная деятельность (согласно расписания) | **9.00 – 9.10**  **9.20 – 9.30**  **16.00 – 16.10**  (10 мин.) | **9.10 – 9.25**  **9.35 – 9.50**  (15 мин.) | **9.20 – 9.40**  **9.55– 10.15**  (20 мин) | **9.00 – 9.25**  **9.35–10.00**  **10.10-10.35**  (25 мин) | **9.00 – 9.20**  **9.40 – 10.00**  **10.20– 10.40**  (20 мин) | **9.00 – 9.30**  **9.40 – 10.10**  **10.20– 10.50**  (30 мин) |
| 10 | Подготовка ко второму завтраку, получение пищи | 9.45 | 9.50 | 10.05 | 9.55 | 10.00 | 10.00 |
| 11 | **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** | **9.45 – 9.50** | **9.55 - 10.00** | **10.15-10.20** | **10.00-10.05** | **10.10-10.15** | **10.10-10.15** |
| 12 | Подготовка к прогулке | 9.50 – 10.10  (20 мин) | 10.00-10.20  (20 мин) | 10.20-10.40  (20 мин) | 10.35 -10.50  (15 мин) | 10.40 –10.55  (15 мин) | 10.50 - 11.00  (10 мин) |
| 13 | **ПРОГУЛКА** | 10.10 – 11.00  50 мин | 10.20-11.20  1 час | 10.40-11.40  1 час | 10.50-11.50  1 час | 10.55 – 12.10  1 час 15 мин | 11.00-12.20  1 час 20 мин |
| 14 | Возвращение с прогулки | 11.00 – 11.20 | 11.20 - 11.40 | 11.40 - 12.00 | 11.50 - 12.05 | 12.10 - 12.20 | 12.20 - 12.30 |
| 15 | Получение пищи, подготовка к обеду. | 11.10 – 11.20 | 11.30 - 11.40 | 11.40 - 11.50 | 12.10 - 12.20 | 12.20 - 12.30 | 12.20 - 12.30 |
| 16 | **ОБЕД** | **11.20 – 11.50**  **(30 мин)** | **11.40 – 12.00**  **(20 мин)** | **11.50 – 12.10**  **(20 мин)** | **12.20 – 12.40**  **(20 мин)** | **12.30 – 12.50**  **(20 мин)** | **12.30 – 12.50**  **(20 мин)** |
| 17 | Самостоятельная деятельность детей | - | 12.00 – 12.20 | 12.10-12.20 | 12.40-12.50 | - | - |
| 18 | Подготовка ко сну | 11.50 – 12.00  (10 мин) | 12.20 – 12.30  (10 мин) | 12.20-12.30  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) |
| 19 | Дневной сон | **12.00 – 15.00**  **(3 ч)** | **12.30 - 15.00**  **(2 ч 30 мин)** | **12.30-15.00**  **(2 ч 30 мин)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** |
| **20** | Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия, подготовка к полднику | 15.00 – 15.20 | 15.00 – 15.20 | 15.00 – 15.20 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 | 15.00 – 15.15 |
| **21** | Получение пищи | 15.00 | 15.02 | 15.04 | 15.06 | 15.08 | 15.08 |
| **22** | Полдник | **15.20 – 15.30**  (10 мин) | **15.20 – 15.30**  (10 мин) | **15.20 – 15.30**  (10 мин) | **15.10 – 15.20**  (10 мин) | **15.10 – 15.20**  (10 мин) | **15.10 – 15.20**  (10 мин) |
| **23** | Игры, совместная и самостоятельная деятельность | 15.30 – 16.35 | 15.30 – 16.35 | 15.30-16.35 | 15.20-16.40 | 15.20 - 16.40 | 15.20 - 16.40 |
| **24** | Получение пищи | **16.30** | **16.30** | **16.30** | **16.35** | **16.35** | **16.35** |
| **25** | Подготовка к ужину, ужин | **16.35 - 16.50**  (15 мин) | **16.35 - 16.45**  (10 мин) | **16.35-16.45**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) |
| **26** | Подготовка к прогулке | 16.50 – 17.10  (20 мин) | 16.45-17.05  (20 мин) | 16.45-17.05  (20 мин) | 16.50 - 17.05  (15 мин) | 16.50 - 17.00  (10 мин) | 16.50 - 17.00  (10 мин) |
| **27** | **ПРОГУЛКА**  Самостоятельная деятельность детей на прогулке; уход домой. | 17.10 – 19.00  (1 час 50 мин) | 17.05-19.00  (1 час 55 мин) | 17.05-19.00  (1 час 55 мин) | 17.05-19.00  (1 час 55 мин) | 17.00 - 19.00  (2 часа) | 17.00 - 19.00  (2 часа) |
|  |  |  |  | **Дома** |  |  |  |
|  | Прогулка, возвращение домой, спокойные игры,  гигиенические процедуры | 19.00 - 21.00 | 19.00 - 21.00 | 19.00 - 21.00 | 19.00 - 21.00 | 19.00 - 21.00 | 19.00 - 21.00 |
|  | Укладывание, ночной сон | 21.00 – 6.30 | 21.00 – 6.30 | 21.00 – 6.30 | 21.00 – 6.30 | 21.00 – 6.30 | 21.00 – 6.30 |

\* На период неблагоприятных погодных условий *(сильный снегопад, проливной дождь, град, сильный ветер, низкая температура воздуха и пр.)* утренняя и вечерняя прогулки сокращаются или заменяются на самостоятельную игровую и совместную деятельность детей.

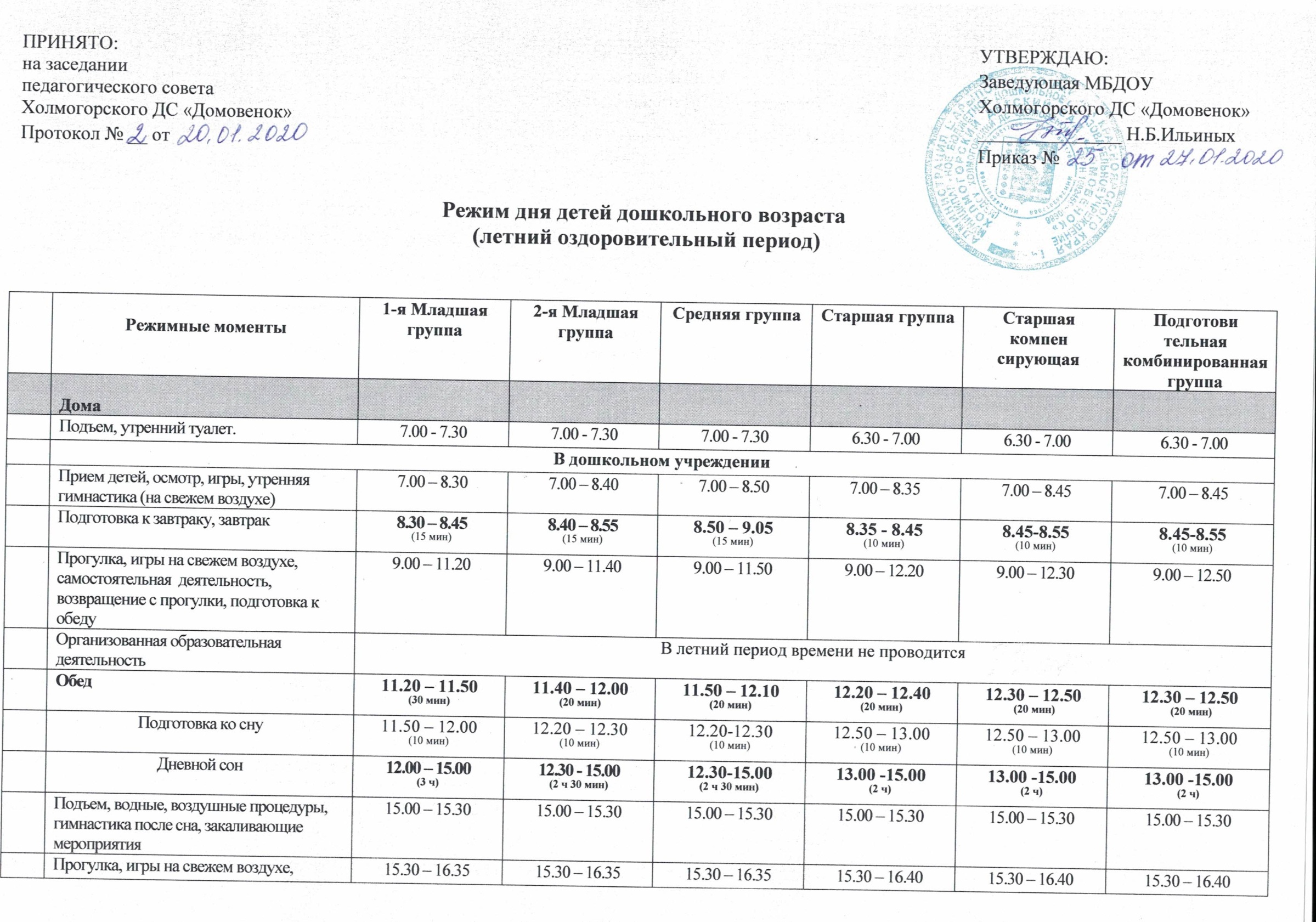
\*\* При 12-часовом пребывании детей возможна организация как отдельного полдника, так и уплотненного полдника с включением блюд ужина (СанПиН 2.4.1.3049-13).

\*\*\* Организованная образовательная деятельность (занятия) проводятся в первую половину дня, количество и длительность занятий в соответствии с возрастом (см.: СанПиН 2.4.1. 1249-03 Раздел 2.12. пункты 2.12.7, 2.12.8, 2.12.9).

1. С целью предупреждения утомляемости детей, на занятиях планируется частая смена деятельности. Используются физминутки профилактической направленности: для снятия мышечного напряжения, предупреждения зрительного, умственного утомления.

2. Перерывы между занятиями не менее 10 минут.

\*\*\*\* Образовательная деятельность осуществляется в течение всего времени нахождения ребенка в ДОУ (см.: ФГОС ДО п.2.5)



|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО:  на заседании  педагогического совета  Холмогорского ДС «Домовенок»  Протокол № \_\_ от | УТВЕРЖДАЮ:  Заведующая МБДОУ  Холмогорского ДС «Домовенок»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Б.Ильиных  Приказ № |

**Режим дня детей дошкольного возраста**

**(летний оздоровительный период)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Режимные моменты** | **1-я Младшая группа** | **2-я Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Старшая компен**  **сирующая** | **Подготови**  **тельная комбинированная группа** |
|  | **Дома** |  |  |  |  |  |  |
|  | Подъем, утренний туалет. | 7.00 - 7.30 | 7.00 - 7.30 | 7.00 - 7.30 | 6.30 - 7.00 | 6.30 - 7.00 | 6.30 - 7.00 |
|  | **В дошкольном учреждении** | | | | | | |
|  | Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика (на свежем воздухе) | 7.00 – 8.30 | 7.00 – 8.40 | 7.00 – 8.50 | 7.00 – 8.35 | 7.00 – 8.45 | 7.00 – 8.45 |
|  | Подготовка к завтраку, завтрак | **8.30 – 8.45**  (15 мин) | **8.40 – 8.55**  (15 мин) | **8.50 – 9.05**  (15 мин) | **8.35 - 8.45**  (10 мин) | **8.45-8.55**  (10 мин) | **8.45-8.55**  (10 мин) |
|  | Прогулка, игры на свежем воздухе, самостоятельная деятельность, возвращение с прогулки, подготовка к обеду | 9.00 – 11.20 | 9.00 – 11.40 | 9.00 – 11.50 | 9.00 – 12.20 | 9.00 – 12.30 | 9.00 – 12.50 |
|  | Организованная образовательная деятельность | В летний период времени не проводится | | | | | |
|  | **Обед** | **11.20 – 11.50**  **(30 мин)** | **11.40 – 12.00**  **(20 мин)** | **11.50 – 12.10**  **(20 мин)** | **12.20 – 12.40**  **(20 мин)** | **12.30 – 12.50**  **(20 мин)** | **12.30 – 12.50**  **(20 мин)** |
|  | Подготовка ко сну | 11.50 – 12.00  (10 мин) | 12.20 – 12.30  (10 мин) | 12.20-12.30  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) | 12.50 – 13.00  (10 мин) |
|  | Дневной сон | **12.00 – 15.00**  **(3 ч)** | **12.30 - 15.00**  **(2 ч 30 мин)** | **12.30-15.00**  **(2 ч 30 мин)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** | **13.00 -15.00**  **(2 ч)** |
|  | Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна, закаливающие мероприятия | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 | 15.00 – 15.30 |
|  | Прогулка, игры на свежем воздухе, совместная и самостоятельная деятельность | 15.30 – 16.35 | 15.30 – 16.35 | 15.30 – 16.35 | 15.30 – 16.40 | 15.30 – 16.40 | 15.30 – 16.40 |
|  | Подготовка к ужину, ужин | **16.35 - 16.50**  (15 мин) | **16.35 - 16.45**  (10 мин) | **16.35-16.45**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) | **16.40-16.50**  (10 мин) |
|  | Прогулка, игры, уход детей домой | 16.50 – 19.00 | 16.45 – 19.00 | 16.45 –19.00 | 16.50 –19.00 | 16.50 – 19.00 | 16.50 – 19.00 |
|  | **Дома** | | | | | | |
|  | Прогулка, возвращение домой, спокойные игры,  гигиенические процедуры | 19.00 - 20.30 | 19.00 – 20.30 | 19.00 – 20.45 | 19.00 – 21.00 | 19.00 – 21.00 | 19.00 – 21.00 |
|  | Укладывание, ночной сон | 20.30 - 7.00 | 20.30 - 7.00 | 20.45 - 6.30 | 21.00 - 6.30 | 21.00 - 6.30 | 21.00 - 6.30 |

\* В летний период времени прием детей осуществляется на игровых участках ДОУ.