Приложение № 2

к плану работы педагогического

коллектива МБДОУ №181

на 2022 – 2023 учебный год

**Режим дня**

При разработке режима дня (ежедневной организации жизни и деятельности детей) учитывались:

* возрастные и индивидуальные особенности детей;
* социальный заказ родителей;
* Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации",
* Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"»,
* Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 года №32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"»
* приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
* приказ Минобрнауки РФ от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам дошкольного образования»

Режим составлен на 12-часовое пребывание ребёнка в детском саду. В понятие «суточный режим» включается длительность, организация и распределение в течение дня всех видов деятельности, отдыха, приемов пищи.

При организации режима учитываются сезонные особенности. Поэтому в ДОУ имеется два гибких сезонных режима (теплый и холодный период года) с постепенным переходом от одного к другому. В режим могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья, влияния социума.

**Организация жизни и деятельности детей в холодный период года**

**(группа раннего возраста)**

|  |  |
| --- | --- |
| Организация жизни детей | Время |
| Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00 - 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность  | 9.00 – 9.30 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 9.30 - 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.30 - 11.45 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 11.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику  | 15.00 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; непрерывная образовательная деятельность; платные образовательные услуги | 15.45 – 16.45 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.45 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 - 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в холодный период года**

**(младшая группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| Организация жизни детей | Время |
| Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00 - 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 9.00 – 9.40. |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 9.40 - 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.30 - 11.45 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 11.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику  | 15.00 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; непрерывная образовательная деятельность; платные образовательные услуги | 15.45 – 16.45 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.45 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 - 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в холодный период года**

**(средняя группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| Организация жизни детей | Время |
| Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00 - 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 9.00 – 10.00 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 10.00 - 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.30 - 11.45 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 11.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику  | 15.00 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; непрерывная образовательная деятельность; платные образовательные услуги | 15.45 – 16.45 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.45 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 - 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в холодный период года**

**(старшая группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| Организация жизни детей | время |
| Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00 - 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 9.00 – 10.05 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 10.05 - 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.30 - 11.45 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 11.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику  | 15.00 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; непрерывная образовательная деятельность; платные образовательные услуги | 15.45 – 16.45 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.45 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 - 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в холодный период года**

**(подготовительная к школе группа)**

|  |  |
| --- | --- |
| Организация жизни детей | Время |
| Прием детей, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00 - 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 - 8.30 |
| Завтрак | 8.30 - 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность | 9.00 – 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.30 - 11.45 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 11.45 – 12.00 |
| Обед | 12.00 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 - 15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику  | 15.00 - 15.30 |
| Полдник | 15.30 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, двигательная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; непрерывная образовательная деятельность; платные образовательные услуги | 15.45 – 16.45 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, подготовка к ужину | 16.45 - 18.30 |
| Ужин | 18.30 - 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в теплый период года**

**(ранний возраст)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа. | 7.00- 8.20 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут) на улице | 8.20 -8.30 |
| Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 8.30 - 9.00 |
| Игры детей по интересам, в т.ч. на прогулке | 9.00- 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 – 11.00 |
| Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры. Образовательная деятельность на участке по подгруппам | 11.00 – 12.00 |
| Обед, воспитание культуры еды | 12.00 – 13.00 |
| Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы. | 13.00 - 15.00 |
| Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.  | 15.00- 15.30 |
| Полдник. Воспитание культуры еды. | 15.30 – 16.00 |
| Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность) | 16.00-18.30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 – 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в теплый период года**

**(младший и средний дошкольный возраст)**

|  |  |
| --- | --- |
| Режимные моменты | Время |
| Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа. | 7.00- 8.20 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут) на улице | 8.20 -8.30 |
| Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 8.30 - 9.00 |
| Игры детей по интересам, в т.ч. на прогулке | 9.00- 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 – 11.00 |
| Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры. Образовательная деятельность на участке по подгруппам | 11.00 – 12.00 |
| Обед, воспитание культуры еды | 12.00 – 13.00 |
| Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы. | 13.00 - 15.00 |
| Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.  | 15.00- 15.30 |
| Полдник. Воспитание культуры еды. | 15.30 – 16.00 |
| Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность) | 16.00-18.30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 – 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями | 19.00 |

**Организация жизни и деятельности детей в теплый период года**

**(старший дошкольный возраст)**

|  |  |
| --- | --- |
|  Режимные моменты | Время |
| Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа. | 7.00- 8.20 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут) на улице | 8.20 -8.30 |
| Завтрак. Воспитание культуры еды. | 8.30 - 9.00 |
| Игры детей по интересам, в т.ч. на прогулке | 9.00- 10.30 |
| Второй завтрак | 10.30 – 11.00 |
| Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры. Образовательная деятельность на участке по подгруппам | 11.00 – 12.00 |
| Обед: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 12.00 – 13.00 |
| Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы. | 13.00 - 15.00 |
| Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.  | 15.00- 15.30 |
| Полдник. Воспитание культуры еды. | 15.30 – 16.00 |
| Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (индивидуальная работа с детьми, беседы с детьми по патриотическому воспитанию, ОБЖ, социальному развитию, трудовая деятельность, игры) | 16.00-18.30 |
| Подготовка к ужину, ужин | 18.30 – 19.00 |
| Уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями | 19.00 |