

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 102 «Росинка»**

Режим занятий

(выписка из образовательной Программы МДОУ № 102)

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Режим работы дошкольного учреждения: с 7 до 19 часов. Непосредственная образовательная деятельность (НОД) в дошкольном учреждении начинается с 9 часов.

Возрастная группа	Объем времени для организации совместной деятельности взрослых и детей с учетом интеграции образовательных областей		Объем времени для организации самостоятельной деятельности детей (часы, минуты)		Общее количество времени на реализацию Программы в день
В процессе НОД (часы, минуты)			В процессе режимных моментов (часы, минуты) за исключением дневного сна		
Время на реализацию обязательной части Программы и вариативной части			Время на реализацию вариативной части Программы		
II младшая группа	30 мин – в день 2ч 30 – в неделю	15 мин – 1 раз в неделю	8 ч 30 мин	1ч	10 ч
2ч 45 мин в неделю					
Средняя группа	40 мин – в день 3ч 20 мин – в неделю	20 мин – 2 раза в неделю	8 ч	1 ч 20 мин	10 ч
4 ч - в неделю					
Старшая группа	1ч 05 мин – в день 5 ч 25 мин в неделю	25 мин – 2 раза в неделю	7 ч 30 мин	1 ч 30 мин	10 ч
6 ч 15 мин - в неделю					
Подготовительная группа	1ч 30 мин в день 7 ч 30 мин в неделю	30 мин – 2 раза в неделю	6 ч 55 мин	1ч 40 мин	10 ч
8 ч 30 мин – в неделю					

Организация режима (холодный период)

Режим дня	2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры.	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10	8.15 – 8.25	8.10 – 8.25 (на улице)	8.10 – 8.35 (на улице)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.25 – 8.45	8.25 – 8.40	8.35 – 8.50
Самостоятельная деятельность	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00
НОД	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.30
2-й завтрак	9.40 – 9.45	9.50 – 9.55	10.00 – 10.05	10.30 – 10.35
Подготовка к прогулке, прогулка	9.45 -11.45	9.55 – 12.10	10.05 – 12.35	10.35 – 12.35
Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.10	12.10 – 12.45	12.35 – 13.00	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 – 15.00	12.45 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
1-й полдник	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30 – 16.05	15.30 – 16.15	15.30 – 16.20	15.30 – 16.20
Полдник	16.05 – 16.20	16.15 – 16.30	16.20 – 16.35	16.20 – 16.35
Игровая деятельность	16.20 – 17.00	16.30 – 17.00	16.35 – 17.00	16.35 – 17.00
Прогулка	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00

Организация режима (теплый период)

Режим дня	2 младшая (3 - 4 года)	Средняя (4 – 5 лет)	Старшая (5 – 6 лет)	Подготовительная (6 – 7 лет)
Прием детей на улице, самостоятельная деятельность, игры на свежем воздухе.	7.00-8.00	7.00-8.15	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10
Утренняя гимнастика (на улице)	8.00 – 8.10	8.15 – 8.25	8.10 – 8.25	8.10 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.40	8.25 – 8.45	8.25 – 8.40	8.35 – 8.50
Самостоятельная деятельность	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.40 – 9.00	8.50 – 9.00

Подготовка к прогулке, прогулка	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.30
2-й завтрак	9.40 – 9.45	9.50 – 9.55	10.00 – 10.05	10.00 – 10.05
Прогулка	9.45 -11.45	9.55 – 12.10	10.05 – 12.35	10.35 – 12.35
Подготовка к обеду, обед	11.45 – 12.10	12.10 – 12.45	12.35 – 13.00	12.35 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.10 – 15.00	12.45 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Подъем, закаливающие процедуры	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
1-й полдник	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.30 – 16.05	15.30 – 16.15	15.30 – 16.20	15.30 – 16.20
Полдник	16.05 – 16.20	16.15 – 16.30	16.20 – 16.35	16.20 – 16.35
Прогулка, игровая деятельность на свежем воздухе	16.20 – 19.00	16.30 – 19.00	16.35 – 19.00	16.35 – 19.00