

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования села Амгуэмы»
(МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»)**

СОГЛАСОВАН
Педагогическим советом
(протокол от 30.08.2022 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

**Организация режима пребывания воспитанников дошкольного отделения
МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
на 2022 - 2023 учебный год**

Дошкольное отделение МБОУ «ЦО с. Амгуэмы» функционирует в режиме:

- полного дня (11-часового пребывания);
- пятидневной рабочей недели;
- часы работы – с 08.00 до 19.00;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Организация режима пребывания детей в дошкольном отделении:

- Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразно сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования.
- Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия для своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.
- Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: на теплый и холодный периоды года.
- Для воспитанников, вновь поступающих в детский сад, предполагается режим постепенного вхождения в группу.
- На период карантинных мероприятий предполагаются режимы карантина по показаниям врача или медицинской сестры.
- В период летнего оздоровительного периода в ДО действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.
- Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках основной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основные принципы построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДО для каждой возрастной группы определен свой режим дня);
- организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в ДО осуществляет медицинская сестра.

Организация сна:

общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21).

Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся. При организации сна учитываются следующие правила:

- В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.
- Спальню (помещение) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
- Допускаются такие граничные показатели: спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.
- Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.
- Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарств и дезинфицирующих растворов.
- Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация прогулки:

в соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ составляет не менее 3 часов.

Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой.

Утренний прием детей ежедневно летом и при теплых погодных условиях в течение года осуществляется на свежем воздухе.

При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается.

Температурный режим:

контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи воспитателей, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей. Так, кроме соблюдения температурного режима, обязательно контролировать влажность воздуха и проветривание помещений.

По СанПиН проветриванию подлежат все комнаты, в которых играют, занимаются или отдыхают воспитанники. И проводится процедура согласно таким нормам:

- минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;
- заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;
- одностороннее в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

Влажность воздуха в комнатах детского сада не должна подниматься выше 60% и не может быть ниже 40.

Что касается температуры, то допускаются такие граничные показатели:

- игровая в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса;

- спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22.

Допускается небольшое отклонение от фиксированных нормативов, но только в сторону уменьшения показателей. Превышение максимально допустимых цифр – строго запрещено.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

При составлении режима дня (теплый, холодный периоды года) учитываются:

– *Письмо «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.2000г. № 65/23-16.*

– *Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №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 г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».*

– *Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».*

– *Примерный режим дня общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой.*

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Режим дня ранней разновозрастной группы (от 1,6 до 3 лет)

Подгруппа раннего возраста (от 1,6 до 2 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	1,6 года – 2 года
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка(упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Гигиенические процедуры. Подготовка к занятиям.	08.50 – 09.00
ООД 1(образовательные ситуации на игровой основе не более 10 мин.)	09.00 – 09.10
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	09.10 – 09.30
Совместная деятельность педагога и детей (пальчиковая/артикуляционная гимнастики; чтение потешек, прибауток, сказок; вовлечение в сюжетно-ролевые игры),самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору, образовательная деятельность в режимных моментах, двигательная активность	09.30 – 10.25
Подготовка ко второму завтраку (гигиенические процедуры)	10.25 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.35– 10.45
Прогулка: наблюдения, игры, трудовая деятельность, подвижные игры, двигательная активность (1 час)	10.45– 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, беседы, подготовка к обеду	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну (переодевание, гигиенические процедуры)	12.15 – 12.20
Дневной сон (не менее 3 часов) с использованием музыкальной терапии при засыпании	12.20 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, корректирующая, дыхательная, пальчиковая), закаливающие мероприятия	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
Самостоятельная деятельность в игровых центрах, игры по выбору и интересам, двигательная активность	15.45 – 15.50 15.45– 6.00
ООД 2(образов. ситуации на игровой основе не более 10 мин.)– пн., ср., пт.	15.50 – 16.00
ООД 2 (образов. ситуации на игровой основе не более 10 мин.) - вт., чт.	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке	16.10 – 16.20
Прогулка: наблюдения, игры, трудовая деятельность, подвижные игры, двигательная активность(2 часа)	16.20 – 18.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время дневного сна – 180 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка – 20 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут.	
Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания». Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20.	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Первая младшая подгруппа (от 2 до 3 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	2 – 3 года
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность в игровых центрах, игры по интересам и выбору	08.50 – 09.20
ООД 1 (образов. ситуации на игровой основе не более 10 мин.)	09.20 – 09.30
Совместная деятельность взрослого и детей: развивающие, театрализованные, сюжетно-ролевые игры; самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору, образовательная деятельность в режимных моментах, двигательная активность.	09.30 – 10.25
Подготовка ко второму завтраку (гигиенические процедуры)	10.25 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.35– 10.45
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность. (1 час)	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры,беседы, чтение художественной литературы, подготовка к обеду	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну (переодевание, гигиенические процедуры)	12.15 – 12.20
Дневной сон (не менее 3 часов) с использованием музыкальной терапии при засыпании	12.20 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, корригирующая, дыхательная, пальчиковая), закаливающие мероприятия	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
Совместная деятельность педагога с детьми, индивидуальная работа, игры по интересам и выбору, двигательная активность	15.45 – 16.00
ООД 2 (образов. ситуации на игровой основе не более 10 мин.)	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке	16.10 – 16.20
Прогулка (наблюдения, спортивные и подвижные игры, трудовая деятельность, самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, двигательная активность (2 часа)	16.20 – 18.20
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры. Подготовка к ужину.	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время дневного сна – 180 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка – 20 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут.	
Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания». Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Режим дня младшей разновозрастной группы (от 3 до 5 лет)

Вторая младшая подгруппа (от 3 до 4 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	3 года – 4 года
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	08.50 – 09.00
ООД 1	09.00 – 09.15
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	09.15 – 09.55
ООД 2	10.00 – 10.15
Самостоятельная деятельность в игровых центрах, двигательная активность. Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку .	10.20 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.35 – 10.45
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, занятия физической культурой на свежем воздухе. (1 час)	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Беседы. Чтение художественной литературы .Подготовка к обеду.	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.20 – 12.25
Дневной сон(не менее 3 часов) : чтение детской художественной литературы перед засыпанием	12.25 – 15.25
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
Подготовка к прогулке	15.45 – 15.55
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, двигательная активность (2 часа)	16.00 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры по выбору и интересам.	18.00 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время дневного сна – 180 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка – 30 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут. Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания» Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Средняя подгруппа
(от 4 до 5 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	4 года – 5 лет
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	08.50 – 09.25
ООД 1	09.25 – 09.45
Перерыв. Самостоятельная деятельность детей, игры по выбору и интересам, подвижные игры, двигательная активность	09.45 – 10.00
ООД 2	10.00 – 10.20
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.25 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.35 – 10.45
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, занятия физической культурой на свежем воздухе. (1 час)	10.45 – 11.45
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Беседы. Подготовка к обеду.	11.45 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.20 – 12.30
Дневной сон(не менее 2,5 часов) : чтение детской художественной литературы перед засыпанием	12.30 – 15.10
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	15.10 – 15.30
Полдник	15.30
Подготовка к прогулке	15.45 – 15.55
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, двигательная активность (2 часа)	16.00 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры по выбору и интересам	18.00 – 18.25
Подготовка к ужину	18.25 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время сна – 150 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка – 40 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут. Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания» Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Режим дня разновозрастной группы старшего возраста (от 5 до 7 лет)

Старшая подгруппа
(5- 6 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	5 – 6 лет
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивид. работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	08.50 – 09.00
ООД 1	09.00 – 09.25
Перерыв (не менее 10 мин.). Самостоятельная деятельность детей, игры по выбору и интересам, развивающие и подвижные игры, двигательная активность	09.25 – 09.40
ООД 2	09.40 – 10.05
Двигательная активность: подвижные игры	10.05 – 10.25
Гигиенические процедуры, подготовка ко второму завтраку	10.25 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.40 – 10.50
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, занятия физической культурой на свежем воздухе. (1 час 30 мин.)	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Беседы. Подготовка к обеду.	12.20 – 12.30
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.45 – 12.50
Дневной сон(не менее 2,5 часов) : чтение детской художественной литературы перед засыпанием	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
ООД 3пн.,чт.	15.50 – 16.15
ООД 3 вт. (физкультурное занятие проводится на улице)	16.10 – 16.35
Подготовка к прогулке	16.10 – 16.30
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, двигательная активность (1 час 30мин)	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры по выбору и интересам	18.10 – 18.20
Подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время сна – 150 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка –75 минут в(пн., вт., ср., чт.); 50 минут в (пт.); суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут.	
Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания»	
Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Подготовительная к школе подгруппа
(6 - 7 лет)

Сезон года: холодный

Режимные мероприятия	6 – 7 лет
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку (гигиенические процедуры)	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Самостоятельная деятельность в игровых центрах по интересам и выбору детей, двигательная активность	08.50 – 09.00
ООД 1	09.00 – 09.30
Перерыв (не менее 10 мин.). Самостоятельная деятельность детей, игры по выбору и интересам, развивающие и подвижные игры, двигательная активность	09.30 – 10.10
ООД 2	10.10 – 10.40
Второй завтрак	10.30 – 11.00
Подготовка к прогулке	10.55 – 11.00
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, занятия физической культурой на свежем воздухе. (1 час 20 мин.)	11.00 – 12.20
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Беседы. Подготовка к обеду.	12.20 – 12.30
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.45 – 12.50
Дневной сон(не менее 2,5 часов) : чтение детской художественной литературы перед засыпанием	12.50 – 15.20
Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, пальчиковая, закаливающие мероприятия)	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
ООД 3 пн., ср.,чт.	15.50 – 16.20
ООД 3 вт. (физкультурное занятие на улице)	16.10 – 16.40
Подготовка к прогулке	16.20 – 16.30
Прогулка: наблюдения, развивающие и подвижные игры, трудовая деятельность, двигательная активность (1 час 40мин.)	16.30 – 18.10
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры по выбору и интересам	18.10 – 18.20
Подготовка к ужину	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход домой	18.45 – 19.00
Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время сна – 150 минут; дневная суммарная образовательная нагрузка –90 минут в (пн., вт., ср., чт.); 60 минут (пт.); суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день; продолжительность перерывов между образовательной деятельностью – не менее 10 минут. Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания» Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Режим дня для разновозрастной группы
(от 1,6 до 4 лет)

Сезон года: теплый

Режимные мероприятия	1,6 - 4 года
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка в группе (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Игровая деятельность музыкального, художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направления, сюжетно-ролевые и подвижные игры, мероприятия и развлечение, самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору	09.00 – 09.30
Подготовка к прогулке	09.30 – 09.40
Прогулка: двигательная активность, наблюдение, экспериментирование, развивающие и подвижные игры, солнечные ванны и т.д. на участке (1 час 40 минут)	09.40 – 11.40
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность: отдых, спокойные игры. Подготовка к обеду	11.40 – 12.00
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну	12.20 – 12.30
Дневной сон (не менее 3 часов) с использованием музыкальной терапии при засыпании	12.30 – 15.20
Пробуждение. Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, корригирующая), закаливающие мероприятия	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
Игровая деятельность, свободная и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей	15.50 – 16.20
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.20 – 16.30
Прогулка, двигательная активность (1 час 30 минут)	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры	18.00 – 18.20
Подготовка к ужину.	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	18.45 – 19.00
<p>Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время сна – не менее 180 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день.</p> <p>В летний оздоровительный период непосредственно образовательная деятельность не проводится. Увеличивается продолжительность сна и прогулок.</p> <p>Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»</p> <p>Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20</p>	

УТВЕРЖДЕН
приказом МБОУ «ЦО с. Амгуэмы»
от 30.08.2022 № 01-10/187

Режим дня для разновозрастной группы
(от 4 до 7 лет)

Сезон года: теплый

Режимные мероприятия	4 - 7 лет
Наименование	Время
Утренний прием: утреннее приветствие, осмотр детей, термометрия. Общение воспитателя с детьми, двигательные игры малой подвижности, индивидуальная работа.	08.00 – 08.15
Утренняя зарядка на улице (упражнения со спортивным инвентарем и без него)	08.15 – 08.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры	08.25 – 08.30
Завтрак	08.30 – 09.00
Игровая деятельность музыкального, художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного направления, сюжетно-ролевые и подвижные игры, мероприятия и развлечение, самостоятельная деятельность детей по интересам и выбору	08.55 – 09.50
Подготовка к прогулке	09.50 – 10.00
Прогулка: двигательная активность, наблюдение, экспериментирование, развивающие и подвижные игры, солнечные ванны и т.д. на участке (2 часа)	10.00 – 12.00
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность: отдых, спокойные игры. Подготовка к обеду	12.00 – 12.10
Обед	12.00 – 13.00
Подготовка ко сну	12.30 – 12.40
Дневной сон(не менее 2,5 часов) : чтение детской художественной литературы перед засыпанием	12.40 – 15.20
Пробуждение. Постепенный подъем, гимнастика после сна (основная, дыхательная, корригирующая), закаливающие мероприятия	15.20 – 15.30
Полдник	15.30
Игровая деятельность (дидактические, сюжетно-ролевые, развивающие, подвижные игры). Свободная и самостоятельная деятельность по интересам и выбору детей (конструирование, театрализация, творческая деятельность)	15.45 – 16.15
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.15 – 16.25
Прогулка, двигательная активность (1 час 30 минут)	16.30 – 18.00
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность, спокойные игры	18.00 – 18.20
Подготовка к ужину.	18.20 – 18.30
Ужин	18.30
Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	18.45 – 19.00
<p>Итого: общее пребывание в детском саду – 11 часов; общее время прогулки – не менее 3 часов в день; время сна – не менее 150 минут; суммарный объем двигательной активности – не менее 1 часа в день.</p> <p>В летний оздоровительный период непосредственно образовательная деятельность не проводится. Увеличивается продолжительность сна и прогулок.</p> <p>Таблицы 6.6., 6.7 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»</p> <p>Подпункт 8.1.2.1 п.8.1 Приложение 10 (таблица 4) и 12 СанПин 2.3/2.4.3590-20</p>	