

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 37
_____ Т.В.Наумова
Приказ МБДОУ д/с № 37
от «31 »августа 2023г. № 105

Режим дня
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада № 37 муниципального образования
Тимашевский район на 2023 - 2024 учебный год

х. Ленинский
2023 год

Оглавление:

1.Пояснительная записка	3
2. Режимы дня по группам	9
2.1.Режим дня по группам на холодный период года.....	9
2.2. Режим дня по группам на теплый период года.....	14
2.3.Режим дня для детей группы кратковременного пребывания.....	18
2.4. Адаптационный режим ДОО.....	18
2.5. Карантинный режим.....	18
3.Ежедневный план оздоровительных мероприятий.....	20
4.Организация двигательного режима МБДОУ д/с № 37.....	21

1. Пояснительная записка

Наименование учреждения в соответствии с уставом: муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 37 муниципального образования Тимашевский район

Сокращенное наименование: МБДОУ д/с № 37

Место нахождения организации: 352741 Россия, Краснодарский край Тимашевский район, хутор Ленинский ул.Космонавтов 1 «А».

Телефон: 8(86130)39-1-08

Почтовый адрес: 352741 Россия, Краснодарский край, Тимашевский район, хутор Ленинский, ул. Космонавтов 1 «А».

Статус образовательного учреждения: бюджетное учреждение.

Организационно – правовая форма Учреждения – муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение.

Учредитель: муниципальное образование Тимашевский район

Адрес электронной почты: naumova.detsad37@mail.ru

Адрес сайта: <http://www.детский-сад-37.рф>

Характеристика контингента ДОО

В ДОО функционирует 7 возрастных групп для детей дошкольного возраста от 2 до 8 лет. Количество детей в группах на 01.07.2023 года составляет 92 воспитанника. Предельная наполняемость ДОО 110 воспитанников.

Контингент воспитанников распределился следующим образом:

Возрастная группа	Возраст детей по группам	Направленность	Кол-во детей
Первая младшая группа	от 2 до 3 лет	Общеразвивающая	2
Вторая младшая группа	от 3 до 4 лет	Общеразвивающая	21
Средняя группа	от 4 до 5 лет	Общеразвивающая	25
Смешанная дошкольная группа	от 5 до 7 лет	Общеразвивающая	29
ТНР подготовительная группа	от 6 до 7 лет	Компенсирующая	9
ТНР старшая группа	от 5 до 6 лет	Компенсирующая	0
ГКП смешанная дошкольная	от 5 до 7 лет	Общеразвивающая	5
Количество групп: 6			117

Режим работы ДОУ

Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя с 10,5 часовым пребыванием детей с 7.00 до 17.30 часов, выходные суббота, воскресенье, государственные праздники. Так же в детском саду

функционирует группа кратковременного пребывания смешанная дошкольная (для детей в возрасте от 5 до 7 лет).

Режимы дня в разных возрастных группах разработаны с учетом требований:

- СП 2.4.3648-20 « Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28 сентября 2020 года № 28;

- СанПиН 2.3./2.4.3590-20 « Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» от 27.10.2020 года № 32;

- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 года № 2.

- приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строиться на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей, предусматривает личносно – ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности.

В ДОУ разработаны режимы:

1. Режим дня в группах на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года);

2. Режим дня в группах на теплый период (с 01.06.2023 по 31.08.2024 года);

3. Режим дня в группе кратковременного пребывания;

4. Двигательный режим;

5. Адаптационный режим;

6. Карантинный режим.

Организация режима дня.

При проведении режимных моментов, сотрудники МБДОУ д/с № 37 придерживаются следующих **правил**:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании);

- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;

- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности;

- формирование культурно-гигиенических навыков;

- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;

- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;

- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные принципы построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОО для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

- Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Для воспитанников, вновь поступающих в ДОО, предполагается адаптационные режимы.

Выписка из СанПиН 1.2.3685-21

VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.

183.Режим дня может корректироваться в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

185.При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

Таблица 6.7

Продолжительность прогулок, не менее 3 часа в день для детей до 7 лет.

Продолжительность дневного сна, не менее: для детей в возрасте от 1,5 - 3 лет 3 часа, 4-7 лет – 2,5 часа.

Утренняя зарядка, продолжительность, детям до 7 лет, не менее 10 минут.

Требования к организации образовательного процесса.

Таблица 6.6

Начало занятий во всех возрастных группах, не ранее 8.00 часов, окончание занятий, не позднее 17.00 часов.

Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более: от 1,5 до 3 лет- не более 10 минут,

от 3 до 4 лет — не более 15 минут,

от 4 до 5 лет — не более 20 минут,

от 5 до 6 лет — не более 25 минут,

от 6 до 7 лет — не более 30 минут.

Продолжительность перерывов между занятиями, для всех возрастов, не менее 10 минут.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более:

от 1,5 до 3 лет - не более 20 минут,
от 3 до 4 лет — не более 30 минут,
от 4 до 5 лет — не более 40 минут,
от 5 до 6 лет — 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна;
от 6 до 7 лет — не более 90 минут.

Занятия с использованием электронных образовательных средств обучения проводятся в возрастных группах от 5 лет и старше. Образовательную деятельность с использованием ЭОС для детей 5-7 лет следует проводить не более одного раза в течение дня и не чаще трех раз в неделю. Продолжительность непрерывного использования экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, составляет 5-7 минут.

Выписка из СанПиН 2.4.3648-20

2.10.3. Расписание занятий составляются с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультурминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО.

Физкультурные, физкультурно – оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также спортивных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

Выписка из СанПиН 2.3/2.4.3590-20

8.1.3. В организации, в которой организуется питание детей, должно разрабатываться меню. Меню должно утверждаться руководителем организации.

8.1.4. Меню должно разрабатываться на период не менее двух недель (с учетом режима организации).

Питание детей осуществляется в соответствии с утвержденным меню.

8.4.5. Допускается организация питьевого режима с использованием кипяченной воды, при условии соблюдения следующих требований:

- кипятить воду нужно не менее 5 минут;
- до раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в емкости, где она кипятилась;
- смену воды в емкости для ее раздачи необходимо проводить не реже, чем через 3 часа.

Выписка из ФООП ДО

35.8 Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

35.9. Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

35.11. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

35.12. Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня.

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут

Продолжительность суммарной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	дневной образовательной	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	образовательной	от 3 до 4 лет	30 минут
	дошкольного	от 4 до 5 лет	40 минут
		от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
		от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность между занятиями, не менее	перерывов	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий гимнастики, не менее		все возрасты	2-х минут

Показатели организации режима дня			
Продолжительность ночного сна не менее		1-3 года	12 часов
		4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее		1-3 года	3 часа
		4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее		для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее		все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее		все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее		до 7 лет	10 минут

35.13. Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения.

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребёнка в организации	Количество обязательных приемов пищи
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру	до 5 часов	2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации)
	8-10 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник
	11-12 часов	завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин
	круглосуточно	завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин

35.21. Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:
 режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;
 при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

2. Режимы дня по группам

2.1.Режим дня по группам на холодный период

Режим дня для детей первой младшей группы на холодный период(с 01.09.2023 по 31.05.2024года)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём, осмотр детей, термометрия, опрос родителей	7.00 - 8.15
2.	Индивидуальная работа, игровая деятельность.	8.15 – 8.20

3.	Утренняя гимнастика	8.20 – 8.30
4.	Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.10 9.20 – 9.30
6.	Индивидуальные беседы, игры с детьми, самостоятельная деятельность детей	9.30 – 10.00
7.	Прогулка(наблюдения, игры, труд, активное бодрствование детей, экспериментальная деятельность)	10.00 - 11.30
8.	Второй завтрак	10.30 – 10.40
9	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность детей	11.30 -12.00
10.	Обед	12.00 -12.20
11	Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 -15.00
12	Постепенный подъём, спокойные игры	15.00 -15.30
13	Полдник	15.30 -15.45
14	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	15.45 -15.50
15	Занятие	15.50 -16.00
16	Подготовка к прогулке	16.00 - 16.20
17	Прогулка. Самостоятельная деятельность, спокойные игры, театрализованная деятельность, развлечения. Уход домой	16.20 - 17.30

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Т.В. Наумова

Приказ от _____ № _____

**Режим дня для детей второй младшей группы
на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)**

№ п/ п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, свободные игры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность.	7.00 - 8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Завтрак	8.30 - 8.50
4.	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.15 9.25 - 9.40
6.	Самостоятельная деятельность детей	9.40 – 10.00
7.	Подготовка к прогулке	10.00 - 10.10
8.	Прогулка (наблюдения, подвижные игры, экспериментальная деятельность, игры, труд)	10.20 - 12.00
9.	Второй завтрак	10.30-10.40
10.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	11.40-11.50
11.	Обед	11.50-12.10
12.	Подготовка ко сну, дневной сон (чтение художественной литературы)	12.10-15.00
13.	Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00-15.30
14.	Полдник	15.30-15.50
15.	Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 -16.15
16.	Прогулка. Игры, проектная деятельность, развлечения, самостоятельная деятельность, уход домой.	16.15-17.30

**Режим дня для детей средней группы
на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём, осмотр детей, термометрия опрос родителей, индивидуальные беседы, свободные игры	7.00 - 8.10
2.	Утренняя гимнастика	8.10 – 8.20
3.	Спокойные игры, самостоятельная деятельность	8.20 – 8.30
4.	Завтрак	8.30 - 8.50
5.	Гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00
6.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.20 9.30 - 9.50
8.	Прогулка (экскурсии, наблюдения на метеостанции, экспериментирование, , труд на участке)	9.50– 12.00
9.	Второй завтрак	10.35 - 10.40
11.	Возвращение с прогулки, спокойные игры	12.00-12.20
12.	Обед	12.20 - 12.50
13.	Дневной сон(чтение художественной литературы)	12.50 - 15.00
14.	Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00 - 15.30
15.	Полдник	15.30 - 15.50
16.	Игры, самостоятельная деятельность детей	15.50 – 16.00
17.	Подготовка к прогулке	16.00 – 16.10
18.	Прогулка. Игры, развлечения, эксперименты, проектная деятельность, уход домой.	16.10 - 17.30

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Т.В. Наумова

Приказ от _____ № _____

**Режим дня для детей ТНР старшей группы
на холодный период(с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, индивидуальные беседы, дежурство	7.00-8.10
2.	Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.25 9.35 - 10.00 10.10 -10.35
6.	Второй завтрак	10.40 -10.45
7.	Прогулка, (игры, наблюдения, экскурсии, экспериментальная деятельность. труд) Возвращение с прогулки	10.45 -12.30
8.	Обед	12.30 -13.00
9.	Дневной сон(чтение художественной литературы)	13.00 -15.00
10.	Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00 -15.25
11.	Полдник	15.30 -16.00
12.	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	16.00-16.25
13.	Прогулка, развлечения, проектная деятельность, театрализация, самостоятельная деятельность, уход домой	16.35-17.30

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Т.В. Наумова

Приказ от _____ № _____

**Режим дня для детей
ТНР подготовительной группы
на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, индивидуальные беседы, дежурство, свободная игра	7.00 - 8.30
2.	Утренняя гимнастика	8.30 - 8.40
3.	Завтрак	8.40 – 9.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
6.	Второй завтрак	10.50 - 11.00
7.	Прогулка (игры, наблюдения, экскурсии, экспериментальная деятельность, труд на участке)	11.00 - 12.35
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.35 - 12.40
9.	Обед	12.40 - 13.00
10.	Дневной сон(чтение художественной литературы)	13.00 - 15.00
11.	Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные процедуры.	15.00 - 15.30
12.	Полдник	15.30 - 15.40
13.	Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.00
14.	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия до 2 минут)	16.00 - 16.30
15.	Прогулки. Игры, развлечения, проектная деятельность, театрализованная деятельность, уход домой	16.30 - 17.30

Утверждаю
Заведующий ДОУ
Т.В. Наумова

Приказ от _____ № _____

**Режим дня для детей
Смешанной дошкольной группы
на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения	
		Старшая	подготовите
1.	Приём, осмотр детей, термометрия, опрос родителей, индивидуальные беседы, дежурство, свободная игра	7.00 - 8.30	7.00 - 8.30
2.	Утренняя гимнастика	8.30 - 8.40	8.30 - 8.40
3.	Завтрак	8.40 – 9.00	8.40 – 9.00
5.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты)	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
6.	Второй завтрак	10.50 - 11.00	10.50 - 11.00
7.	Прогулка (игры, наблюдения, экскурсии, экспериментальная деятельность, труд на участке)	11.00 - 12.35	11.00 - 12.35

8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.35 - 12.40	12.35 - 12.40
9.	Обед	12.40 - 13.00	12.40 - 13.00
10.	Дневной сон(чтение художественной литературы)	13.00 - 15.00	13.00 - 15.00
11.	Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные процедуры.	15.00 - 15.30	15.00 - 15.30
12.	Полдник	15.30 - 15.40	15.30 - 15.40
13.	Игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.00	15.40-16.00
14.	Занятие (включая гимнастику в процессе занятия до 2 минут)	16.00 - 16.30	16.00 - 16.30
15.	Прогулки. Игры, развлечения, проектная деятельность, театрализованная деятельность, уход домой	16.30 - 17.30	16.30 - 17.30

2.2.Режим дня по группам на теплый период

Режим дня для детей первой младшей группы на теплый период (с 01.06.2024 по 31.08.2024 года)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём детей, осмотр, опрос родителей, игры, индивидуальная работа	7.00-8.20
2.	Утренняя гимнастика	8.20-8.30
3.	Завтрак	8.30-9.00
4.	Игры, самостоятельная деятельность	9.00 - 9.20
5.	Второй завтрак	10.30-10.40
6.	Прогулка, наблюдение, игры (с водой, песком), закаливающие мероприятия, чтение художественной литературы, адаптационные игры.	9.20-11.50
7.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	11.50-12.00
8.	Обед	12.00-12.20
9.	Дневной сон(чтение художественной литературы)	12.20 -15.00
10.	Постепенный подъём, гимнастика-побудка	15.00-15.30
11.	Полдник	15.30-15.45
12.	Подготовка к прогулке	15.45-16.00

13	Прогулка. Самостоятельная деятельность. Игры, развлечения, наблюдения. Уход домой	16.00-17.30
----	---	-------------

**Режим дня для детей второй младшей группы на теплый период
(с 01.06.2024 по 31.08.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём детей на свежем воздухе, осмотр, опрос родителей, игры, индивидуальная работа.	7.00-8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Игры, самостоятельная деятельность детей	8.10 – 8.30
4.	Завтрак	8.30 – 9.00
5.	Игры, самостоятельная деятельность	9.00 – 9.15
6.	Прогулка (игры с водой, песком, ветром, наблюдения, труд), подвижные игры, театрализованные	9.15-12.00
7.	Второй завтрак	10.30-10.40
8.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры	12.00 - 12.10
9.	Обед	12.10 - 12.30
10.	Дневной сон (чтение художественной литературы)	12.50-15.00
11.	Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00 - 15.30
12.	Полдник	15.30- 15.50
13.	Прогулка. Игры (с водой, песком), самостоятельная деятельность, закаливающие, спортивные, развлекательные мероприятия. Уход домой.	15.50 - 17.30

**Режим дня для детей средней группы
на теплый период (с 01.06.2024 – 31.08.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
--------------	---------------------------------------	-------------------------

1.	Приём детей на свежем воздухе, осмотр, опрос родителей, игры, индивидуальная работа.	7.00-8.00
2.	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10
3.	Игры, самостоятельная деятельность детей	8.10 – 8.30
4.	Завтрак	8.30 - 8.50
5.	Прогулка (игры с водой, песком, ветром, наблюдения, труд, экскурсии)	8.50-12.10
6.	Второй завтрак	10.35-10.40
7.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, подготовка к обеду	12.10 - 12.20
8.	Обед	12.20 - 12.50
9.	Дневной сон (чтение художественной литературы)	12.50-15.00
10.	Постепенный подъём, гимнастика после сна	15.00 - 15.25
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 15.50
12.	Прогулка. Игры (с водой, песком), самостоятельная деятельность, закаливающие, спортивные, развлекательные мероприятия. Уход домой.	15.50 - 17.30

**Режим дня для детей старшей группы
на теплый период (с 01.06.2024 – 31.08.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём детей на свежем воздухе, осмотр, опрос родителей, игры, дежурство	7.00-8.20
2.	Утренняя гимнастика	8.20-8.30
3.	Завтрак	8.30-8.50
4.	Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.15
5.	Прогулка (игры с водой, песком, ветром, наблюдения, труд, экскурсии, экспериментальная деятельность, проектная деятельность)	9.15-12.20
6.	Второй завтрак	10.40-10.45
7.	Возвращение с прогулки, процедуры.	12.15-12.30

8.	Обед	12.30-13.00
9..	Дневной сон(чтение художественной литературы)	13.00-15.00
10.	Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры	15.00-15.25
11.	Полдник	15.30-16.00
12.	Прогулка. Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей, театрализованная деятельность, закаливающие мероприятия, уход домой.	16.00-17.30

**Режим дня для детей подготовительной группы
на теплый период (с 01.06.2024 – 31.08.2024 года)**

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём детей на свежем воздухе, осмотр, опрос родителей, дежурство, индивидуальные беседы	7.00-8.30
2.	Утренняя гимнастика	8.30- 8.40
3	Завтрак	8.40-9.00
4.	Игры, самостоятельная деятельность	9.00-9.15
5.	Прогулка. Досуговые мероприятия, игры с водой, песком, ветром , труд, наблюдения, опытно – экспериментальная закаливающие мероприятия, экскурсии.	9.15-12.30
6.	Второй завтрак	10.50-11.00
7.	Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры.	12.30-12.40
8.	Обед	12.40-13.00
9.	Дневной сон (чтение художественной литературы)	13.00-15.00
10.	Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные и водные процедуры	15.00-15.30
11.	Полдник	15.30-15.40
12.	Прогулка. Игры, наблюдения, труд, закаливающие мероприятия, развлечения, театрализованная ,проектная деятельность, уход домой	15.40-17.30

2.3. Режим дня для детей группы кратковременного пребывания на холодный период (с 01.09.2023 по 31.05.2024 года)

№ п/п	Наименование режимного момента	Время проведения
1.	Приём детей, осмотр, опрос родителей, индивидуальные беседы	8.50-8.55
2.	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2 минуты	9.00 - 9.30 9.40 - 10.10 10.20 - 10.50
3	Прогулка, (игры, наблюдения, экскурсии, экспериментальная деятельность. труд) Возвращение с	10.45-12.30

Примерный режим группы кратковременного пребывания на второй образовательный период, с 1 июня по 31 августа, совпадает с режимом дня старшей группы.

2.4. Адаптационный режим ДОО

1. Первая неделя (пребывание в детском саду не более - 2-х часов).
2. Первые 3 дня с 9.00 - 11.00 (игры на участке, прогулка).
Последующие дни с 8.00 - 10.00 (прием пищи, игры на участке).
3. Вторая неделя (пребывание в детском саду от 3-4 часов).
Первые 3 дня с 8.00 - 11.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке).
Последующие дни с 8.00 - 12.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке).
4. Третья неделя (пребывание в детском саду от 5 - 7 часов).
Первые 2 дня с 8.00 - 13.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке, укладывание на сон).
Последующие дни с 8.00-15.00 (прием пищи, прогулка, игры на участке, укладывание на сон)
5. Четвертая неделя (пребывание в саду полный день)

2.5. Карантинный режим

На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

№	Основное	Инкубационный	Профилактические	Сроки
---	----------	---------------	------------------	-------

п/п	заболевание	период	мероприятия	карантина
1	Ветряная оспа	11-21 день	Своевременная изоляция, проветривание, влажная уборка	21 день
2	Скарлатина	3-12 дней	Своевременная изоляция, текущая дезинфекция, осмотр ЛОР	7 дней
3	Коклюш	3-14 дней	Экстренная изоляция, влажная уборка, проветривание, ежедневный осмотр	14 дней
4	Гепатит «А»	15-35 дней	Своевременная изоляция, ежедневный осмотр	35 дней
5	Краснуха коревая	11-24 дня	Изоляция, влажная уборка, проветривание, вакцино - профилактика	Наблюдение 21 день
6	Корь	9-20 дней	Изоляция, влажная уборка, проветривание, вакцино - профилактика	8-17 дней
7	Эпидемический паротит	10-21 день	Своевременная изоляция, влажная уборка, проветривание, вакцино - профилактика	10-21 день
8	Грипп	1-2 дня	Своевременная изоляция, влажная уборка, проветривание, массовая иммунизация, повышенная неспецифическая резистентность	7 дней

9	Гепатит «В»	60-180 дней	Изоляция, влажная уборка, проветривание, вакцино - профилактика	6 мес.
---	-------------	-------------	---	--------

Ежедневный план оздоровительных мероприятий МБДОУ д/с № 37

№ п/п	Мероприятия	Время выполнения	Ответственные
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели
2.	Умывание лица, шеи, рук по локоть прохладной водой	Перед завтраком и обедом	Воспитатели
3.	Полоскание рта водой комнатной температуры	После еды	Воспитатели
4.	Игры с элементами дыхательной гимнастики: - дуть через трубочки в стаканс водой; - надуть шарик; - дуть на султанчики.	Ежедневно	Воспитатели
5.	Горячее закаливание при (34- 36°С)	В холодное время года	Воспитатели
6.	Полоскание горла водой комнатной температуры.	После обеда	Воспитатели
7.	Ходьба босиком по полу, коврику с пуговицами и керамзитной наволочке в одних трусиках (Пола + 18°С, афвоздуха начиная от +34°С снижая до + 18°С)	Перед и после сна Ежедневно	Воспитатели групп
8.	Сон в одних трусиках при открытой фрамуге при температуре не ниже + 18°С	Ежедневно	Воспитатели
9.	После сна гимнастика в постели	После сна	Воспитатели
10.	Контрастное закаливание воздухом (в спальне - 9°С, в игровой на 3-4°С ниже)	Ежедневно	Воспитатели, Помощ. воспитателя
11.	Игры с водой	Ежедневно	Воспитатели
12.	Правильный подбор одежды, обеспечивающий тепловой комфорт, облегченная одежда в группе	Ежедневно 2 раза в день	Воспитатели
13.	Своевременная смена одежды, предупреждающая избыточное охлаждение и перегревание	Ежедневно 2раза в день	Воспитатели

14.	Ежедневная прогулка в любую погоду при температуре воздуха не ниже - 10°C	Ежедневно	Воспитатели
15.	Солнечные ванны	Летом	Воспитатели
16.	Ходьба босиком по траве	Летом	Воспитатели
17.	Гигиенический душ после прогулки (t' воды +34°C, снижая fна 3-4 °С в неделю, довести до +20°C)	По показаниям	Воспитатели

Организация двигательного режима в МБДОУ д/с № 37

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Первая и вторая мл. группы	Средняя	Старшая	Подготовительная к школе
Организованная деятельность	7 ч. в неделю	8 ч. в неделю	10 и более ч. в неделю	12 и более ч. в неделю
Утренняя гимнастика	до 10 мин.	до 10 мин.	до 10 мин.	до 10 мин.
Гимнастика пробуждения	5-6 мин.	5-8 мин.	5-10 мин.	до 10 мин.
Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
	6-10 мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	15-20 мин.
Спортивные игры	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
Физкультурные упражнения на прогулке	5-7 мин.	8-10 мин.	10 мин.	15 мин.
Физкультурные занятия	10 мин.	15 мин.	25 мин.	30 мин.
Музыкальные занятия (часть занятия)	3-5 мин.	5 мин.	7-10 мин.	10 мин.
Двигательные игры под музыку	5-10 мин.	10-15 мин.	15-20 мин.	до 25 мин.
Спортивные	1 раз в месяц			

<i>развлечения</i>	15 мин.	20 мин.	30 мин.	35 мин.
<i>Спортивные праздники</i>	2 раза в год			
	15-25 мин.	20-25 мин.	50-60 мин.	50-60 мин.
<i>Дни здоровья</i>	1 раз в месяц			
<i>Неделя здоровья</i>	2 раза в год			
<i>Самостоятельная двигательная активность</i>	Ежедневно индивидуально и по подгруппам			

