

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня в МБДОУ «Бологойский детский сад «Ромашка»
Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	9.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	16.00
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 дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут
	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна 90 мин.
	от 6 до 7 лет	
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
Показатели организации режима дня		
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

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

<i>Организационно-правовая форма/ тип/вид деятельности</i>	<i>Продолжительность, либо время нахождения ребёнка в организации</i>	<i>Количество обязательных приемов пищи</i>
Муниципальное бюджетное учреждение. Дошкольная образовательная организация. Обеспечивает воспитание, обучение и развитие, а также присмотр, уход и оздоровление воспитанников в возрасте от 1,5 до 7 лет	9 часов	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник Перерыв между отдельными приемами пищи составляет не более 3,5 часов.

ДООУ может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь пунктами 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20: при отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно.

При 9-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и «уплотненного» полдника и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

В Программе приводятся примерные режимы дня для групп, функционирующих полный день (9-часов)), составленные с учётом СанПиН 1.2.3685-21 и показателей организации образовательного процесса. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина).

Режим работы ДООУ: с 08.30 до 17.30, полный день 9 - часового пребывания с понедельника по пятницу, кроме субботы, воскресенья, праздничных дней, установленные законодательством Российской Федерации. К началу учебного года утверждаются режимы дня с учетом контингента детей, возрастных групп.

Примерный режим дня младшая группа зимний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
в дошкольном учреждении		
8.15-8.30	«Здравствуйте!» Минутки игры. Индивидуальная коррекционная работа с детьми.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями.
8.30- 8.50	Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.50- 9.00	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двиг. акт 5 мин).
9.00- 9.05	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.05 - 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды
9.20 - 9.30	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.30 – 9.45		Разнообразная детская деятельность
9.45 - 10.30	Мир познания	Непосредственная образовательная деятельность. В перерыве - физминутки.
10.30 – 11.00	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
11.00 - 11.45	Прогулка	Двигательная активность (30 минут)
11.45 - 12.00	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.00-12.30	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.30 - 12.50	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения
12.50 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00 – 15.50	Минутка бодрости	Коррекционная гимнастика после сна в группе (двигательная активность 10 мин) Релаксация, творческие игры.
15.50 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.00 - 16.40	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.40-	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания.

17.30	Час свежего воздуха «До свидания!»	Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двиг активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30 – 18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00 – 18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40 – 21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.
21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня младшая группа в летний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.20 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
В дошкольном учреждении		
8.15-8.40	«Здравствуйте!» Минутки игры. Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями. Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.40 – 8.55	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двиг акт 5 мин).
8.55 - 9.05	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.05 - 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды
9.20 - 9.30	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.30 – 9.50	«Вместе весело»	Разнообразная детская деятельность
9.50 - 10.05	Подготовка к прогулке.	Обучение навыкам самообслуживания
10.05 – 12.00	Прогулка	Двигательная активность, наблюдения, закаливание, подвижные игры, труд, продуктивная деятельность, индивидуальная работа.
12.00 – 12.30	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.30 - 12.50	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.50 -	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения

13.00		
13.00 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00 – 15.50	Минутка бодрости	Гимнастика после сна в группе Релаксация, творческие игры. Игровая деятельность.
15.50 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.00 - 16.40	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.40- 17.30	Подготовка к прогулке Час свежего воздуха «До свидания!»	Обучение навыкам самообслуживания. Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двиг активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30 – 18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00 – 18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40 – 21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.
21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня средняя группа зимний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
В дошкольном учреждении		
8.15-8.30	«Здравствуйте!» Минутки игры. Индивидуальная коррекционная работа с детьми.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями.
8.30- 8.50	Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.50- 9.00	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двиг акт 5 мин).
9.00- 9.05	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.05 - 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды
9.20 - 9.30	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.30 – 9.45	Вместе весело...	Разнообразная детская деятельность

9.45 - 10.45	Мир познания	Непосредственная образовательная деятельность. В перерыве - физминутки.
10.45 – 11.10	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
11.10 – 11.50	Прогулка	Двигательная активность (30 минут) Подвижные игры наблюдения в природе
11.50 – 12.25	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.25 – 12.50	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.50 - 13.00	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения
13.00 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00 – 15.50	Минутка бодрости	Коррекционная гимнастика после сна в группе (двигательная активность 10 мин) Релаксация, творческие игры.
15.50 – 16.10	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.10 - 16.50	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.50- 17.30	Подготовка к прогулке Час свежего воздуха «До свидания!»	Обучение навыкам самообслуживания. Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двигательная активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30 – 18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00 – 18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40 – 21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.
21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня средняя группа летний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.20 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
В дошкольном учреждении		

8.15-8.40	«Здравствуйте!» Минутки игры. Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями. Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.40 – 8.55	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двиг акт 5 мин).
8.55 - 9.10	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.10 - 9.30	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды
9.30 - 9.40	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.40 – 9.50	«Вместе весело»	Разнообразная детская деятельность
9.50 - 10.05	Подготовка к прогулке.	Обучение навыкам самообслуживания
10.05 – 11.50	Прогулка	Двигательная активность, наблюдения, закаливание, подвижные игры, труд, продуктивная деятельность, индивидуальная работа.
11.50 – 12.15	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.15 - 12.50	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.50 - 13.00	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения
13.00 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00 – 15.45	Минутка бодрости	Гимнастика после сна в группе Релаксация, творческие игры. Игровая деятельность.
15.45 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.00 - 16.40	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.40-17.30	Подготовка к прогулке Час свежего воздуха «До свидания!»	Обучение навыкам самообслуживания. Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двиг активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30 – 18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00 – 18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40 – 21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.

21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
-----------------	------------	--

Примерный режим дня старшая группа зимний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.30 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
В дошкольном учреждении		
8.15-8.30	«Здравствуйте!» Минутки игры. Индивидуальная коррекционная работа с детьми.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями.
8.30- 8.50	Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.50- 9.00	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двиг акт 5 мин).
9.00- 9.05	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.05 - 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды
9.20 - 9.30	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.30 – 9.45	«Учимся играя»	Разнообразная детская деятельность
9.45 - 10.45	Мир познания (по подгруппам)	Непосредственная образовательная деятельность. В перерыве - физминутки.
10.45– 11.00	Подготовка к прогулке	Обучение навыкам самообслуживания
11.00- 11.45	Прогулка	Двигательная активность (30 минут)
11.45- 12.00	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание

		культурно-гигиенических навыков.
12.00-12.30	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.30 - 12.50	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения
12.50 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00–15.50	Минутка бодрости	Коррекционная гимнастика после сна в группе (двигательная активность 10 мин) Релаксация, творческие игры.
15.50–16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.00-16.40	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.40-17.30	Подготовка к прогулке Час свежего воздуха «До свидания!»	Обучение навыкам самообслуживания. Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двигательная активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30–18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00–18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40–21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.
21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна

Примерный режим дня старшая группа летний период

Время	Режимные моменты	Содержание
дома		
7.20 – 8.00	Подъем, утренний туалет	воспитание культурно-гигиенических навыков
8.00 – 8.15	Прогулка на воздухе	Двигательная активность (15 минут)
В дошкольном учреждении		
8.15-8.40	«Здравствуй!» Минутки игры. Чтение песенок, потешек. Встреча с природой.	Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. Индивидуальная работа с детьми, с родителями. Совместная деятельность воспитателя с детьми в Уголке природы.
8.40 – 8.55	Минутка бодрости	Утренняя гимнастика с элементами фонетической ритмики (двигательная акт 5 мин).
8.55 - 9.05	«Моем с мылом чисто-чисто»	Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков
9.05 - 9.20	Приятного аппетита!	Завтрак: обучение правильно держать

		столовые приборы, обучение культуре еды
9.20 - 9.30	«Моем с мылом чисто-чисто»	воспитание культурно-гигиенических навыков, туалет.
9.30 – 9.50	«Вместе весело»	Разнообразная детская деятельность
9.50 - 10.05	Подготовка к прогулке.	Обучение навыкам самообслуживания
10.05 – 12.00	Прогулка	Двигательная активность, наблюдения, закаливание, подвижные игры, труд, продуктивная деятельность, индивидуальная работа.
12.00 – 12.30	Возвращение с прогулки. «Моем с мылом чисто-чисто».	Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков.
12.30 - 12.50	«Приятного аппетита!»	Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
12.50 - 13.00	Подготовка ко сну	Релаксационные упражнения
13.00 - 15.00	«Тихо, тихо, сон идёт...»	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна
15.00 – 15.50	Минутка бодрости	Гимнастика после сна в группе Релаксация, творческие игры. Игровая деятельность.
15.50 – 16.00	«Приятного аппетита!»	Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды.
16.00 - 16.40	Минутка игры	Игровая деятельность детей Совместная деятельность: З.К.Р. Чтение худ литературы
16.40- 17.30	Подготовка к прогулке Час свежего воздуха «До свидания!»	Обучение навыкам самообслуживания. Индивидуальная коррекционная работа воспитателя с детьми Прогулка (двиг активность 30 мин) Уход детей домой. Работа с родителями.
Дома		
17.30 – 18.00	Прогулка с детьми	Двигательная активность (30 минут)
18.00 – 18.40	Подготовка к ужину. Ужин.	Воспитание культурно-гигиенических навыков.
18.40 – 21.00	Спокойные игры, гигиенические процедуры	Настольные игры, чтение книг, беседы.
21.00 – 7.30	Ночной сон	Создание тихой, благоприятной обстановки для сна