

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №4»
 Шахбанова Э.И.
 Приказ №49 от 30.08.2021 г

Распорядок дня детей на 2021-2022 учебный год (холодный период)

Режимные моменты	Младшая «А» гр.	Младшая «Б» гр.	Средняя гр.	Старшая гр.	Подгот. гр.	ЗПР гр.
Утренний прием: осмотр детей, термометрия, игры детей (дидактические, настольно-печатные, сюжетно-ролевые, подвижные); беседы с детьми; экскурсии по участку (в теплое время); наблюдения; дежурство в уголке в природе, в столовой	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20	07.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30	08.20-08.30
Завтрак: (формирование культуры еды, самообслуживание); подготовка к приему пищи, гигиенические процедуры, посадка детей за столами, прием пищи, гигиенические процедуры после приема пищи	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00	08.30-09.00
Образовательная нагрузка: Занятие (общая длительность, включая перерывы и динамические паузы (самостоятельная деятельность: спокойный досуг, игры, все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций)	09.00-09.55	09.00-09.55	09.00-10.05	09.00-10.10	09.00-10.50	09.00-10.35
Прогулка, Подготовка к прогулке	09.55-10.10	09.55-10.10	10.05-10.15	10.10-10.20	10.50-11.00	10.35-10.45
Двигательная активность	10.10-11.25	10.10-11.25	10.15-11.40	10.20-11.45	11.00-11.45	10.45-11.45

	беседы, элементарные опыты, труд в природе, решение ситуативных задач, чтение худож-ой и познав-ой литературы						
	Возвращение с прогулки: переодевание	11.25-11.40	11.25-11.40	11.40-11.50	11.45-11.55	11.45-11.55	11.45-11.55
Обед: (формирование культуры еды, самообслуживание, подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи; гигиенические процедуры после приема пищи)		11.40-12.15	11.40-12.15	11.50-12.15	11.55-12.20	11.55-12.20	11.55-12.20
Дневной сон:	подготовка ко сну: поход в туалет, переодевание, укладывание в кровати	12.15-12.30	12.15-12.30	12.15-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30	12.20-12.30
	дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
	Пробуждение (гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры), постепенный подъем, переодевание	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Полдник: (формирование культуры еды, самообслуживание) подготовка к приему пищи: гигиенические процедуры, посадка детей за столами; прием пищи; гигиенические процедуры после приема пищи		15.15-15.45	15.15-15.45	15.15-15.45	15.15-15.45	15.15-15.45	15.15-15.45
Образовательная деятельность: занятие; дополнительное образование		15.45 – 16.00	15.45-16.00	15.45-16.05	15.45-16.10	15.45-16.15	15.45-16.10
Совместная со взрослым образовательная деятельность: игровая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, конструктивная, изобразительная (продуктивная), физическая, музыкальная активность, мастерская, беседы, реализация		16.00-16.40	16.00-16.40	16.05-16.45	16.10-16.50	16.15-16.45	16.10-16.50

проектов, тематические досуги, все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций							
Прогулка:	Подготовка к прогулке: передвижение	16.40-16.55	16.40-16.55	16.45-16.55	16.50-17.00	16.45-16.55	16.50-17.00
	Прогулка (игры, самостоятельная деятельность детей, реализация проектов, дидактические, сюжетно-дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые игры, труд в природе, конструирование, решение ситуативных задач)	16.55-18.30	16.55-18.30	16.55-18.35	17.00-18.35	16.55-18.35	17.00-18.35
	Возвращение с прогулки: передвижение	18.30-18.45	18.30-18.45	18.35-18.45	18.35-18.45	18.35-18.45	18.35-18.45
Уход детей домой: прогулка по дороге домой		18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

- На зарядку не менее 10 минут (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21)

- Время на второй завтрак можно не выделять, если увеличили калорийность первого на 5 процентов (подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

- Одно занятие для детей 6-7 лет должно длиться до 30 минут (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)

- Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)

- Суммарная образовательная нагрузка для детей 6-7 лет не должна превышать 90 минут в день (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)

- Двигательная активность суммарно за день должна составлять не менее 1 часа (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21)

- Отведите на сон не меньше 2,5 часов (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21)

- Кратность и время приемов пищи определяйте по требованиям приложений 10 и 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

- На прогулку отведите не менее 3 часов в день (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21)

- Время на ужин не выделяется, если сделать плотный полдник (подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575797

Владелец Шахбанова Зарипат Исмаиловна

Действителен с 19.04.2021 по 19.04.2022