

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Брославская Е.Е.
Врач _____ Позёмова Н.В.
Зам. зав. по УВР _____ Мацкевич Н.В.



РЕЖИМ ДНЯ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА «НЕЗНАЙКИ»

Вид деятельности	Время
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.50
Игры, совместная деятельность	8.50-11.10
НОД	По расписанию
Второй завтрак	По расписанию
Подготовка к прогулке. Прогулка	11.10-12.30
Возвращение с прогулки	12.30-12.40
Подготовка к обеду. Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50-15.00
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры	15.00-15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.30-16.45
Подготовка к прогулке. Прогулка, уход детей домой	16.45-19.00

СанПиН 2.4.1.3049-13

- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов. (п.-11.4)
- Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулок определяется ДОО в зависимости от климатических условий. (п.-11.5)
- Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. (п.-11.6)
- Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. (п.-11.7)
- На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к ОД, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. (п.- 11.8)
- Продолжительность ННОД для детей от 6 до 7-ми лет – не более 30 минут. (п.-11.10)
- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в старшей и подготовительной - 45 минут и 1.5 часа. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут. (п.-11.11)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий Брославская Е.Е.
Врач Позёмова Н.В.
Зам. зав. по ВР Мацкевич Н.В.

РЕЖИМ ДНЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА «РАДУГА»

Вид деятельности	Время
Прием, осмотр, игры,	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.00-8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-8.40
Игры, совместная деятельность педагога с детьми	8.40-10.50
НОД	По расписанию
Второй завтрак	По расписанию
Подготовка к прогулке. Прогулка	10.50-12.15
Возвращение с прогулки	12.15-12.30
Подготовка к обеду. Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика	15.00-15.10
Подготовка к полднику. Полдник	15.10-15.20
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	15.20-16.45
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	16.45-19.00

СанПиН 2.4.1.3049-13

- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов. (п.-11.4)
- Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулок определяется ДОО в зависимости от климатических условий. (п.-11.5)
- Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. (п.-11.6)
- Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых 2-2,5 часа отводится на дневной сон. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр, закаливающих процедур. Во время сна детей присутствие воспитателя (или его помощника) в спальне обязательно. (п.-11.7)
- На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к ОД, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. (п.- 11.8)
- Продолжительность ННОД для детей от 4-х до 5 лет – не более 20 минут. (п.-11.10)
- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки не превышает 40 минут. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут. (п.-11.11)