

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 10 от 30.08.2022

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора школы
№ 239 от 30.08.2022

**Режим дня
Школы Гармония
(дошкольное образование)
на 2022 – 2023 учебный год**

Организация режима пребывания детей в детском саду

Школа Гармония (дошкольное образование) функционирует в режиме с 12-часовым пребыванием детей – с 7 часов до 19 часов (выходные – суббота, воскресенье и праздничные дни) – с организованным дневным сном и 4-х разовым приемом пищи с интервалом 3 – 4 часа в зависимости от возраста детей.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим.

Решение образовательных задач осуществляется, как в виде непосредственно образовательной деятельности, так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (решение образовательных задач сопряжено с одновременным выполнением функций по присмотру и уходу за детьми – утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.).

Режим дня в детском саду строится в соответствии с возрастными особенностями детей и способствует их гармоничному развитию, социальному заказу родителей (законных представителей).

Основу режима дня составляет установленный распорядок сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, организованной образовательной деятельности, прогулок и самостоятельной деятельности детей.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, темп деятельности и т.д.).

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет – 5 часов 10 минут.

Утренний отрезок времени (с 07.00 до 09.00) включает традиционные режимные моменты, которые организует воспитатель группы, при этом в каждый момент общения с детьми педагогом решаются определенные задачи воспитания и обучения. В этот же период проводятся индивидуальные занятия (упражнения) с детьми по рекомендации специалистов. Основная задача образовательной работы в утренний отрезок времени состоит в создании у детей бодрого, жизнерадостного настроения.

В 9 начинается образовательная деятельность детей. Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской (игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, продуктивной, музыкально-художественной, трудовой, а также чтения художественной литературы) или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

Продолжительность образовательной деятельности для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю.

Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

Образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник – четверг). Для профилактики утомления детей она

сочетается с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей. Домашние задания воспитанникам детского сада не задаются. В январе для детей организуются каникулы, во время которых проводят образовательную деятельность эстетического и оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительная деятельность).

Общий объем самостоятельной деятельности детей (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) соответствует требованиям действующих СанПиН и занимает в режиме дня 3 – 4 часа в день в соответствии с возрастом детей.

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет проводится не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- вторая младшая группа – 15 минут;
- средняя группа – 20 минут;
- старшая группа – 25 минут;
- подготовительная группа – 30 минут.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

На прогулке решаются оздоровительные и специальные коррекционно-образовательные задачи. Подвижные игры предусмотрено проводить в конце прогулки перед возвращением детей в помещение. Прогулка организуется два раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня (с учетом погодных условий) после усиленного полдника. 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, для детей 5 – 7 лет – при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с.

После прогулки дети готовятся к обеду, обедают, а затем организуется дневной сон.

Общая продолжительность дневного сна – 2-2,5 часа, в зависимости от возраста детей. Дети с трудным засыпанием и чутким сном укладываются первыми и поднимаются последними.

Во время сна обязательно присутствие воспитателя или помощника воспитателя.

В теплое время года (июнь-август) увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе за счет организации разнообразных видов детской деятельности.

Режим дня\ Daily routine

Режимные моменты\ Daily routine moments	Младшая группа \ Nursery group	Средняя группа \ Junior group	Старшая группа \ Middle group	Подготовительная группа\ Senior group
Прием и осмотр, игры, индивидуальные беседы с детьми\Arrival, Developing games,	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика \Morning exercises	8.00 – 8.10	8.10 – 8.15	8.15 – 8.25	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак \Bathroom, Breakfast	8.10 – 8.40	8.15 – 8.45	8.20 – 8.50	8.25 – 8.50
Подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность детей\ Developing games, Free playing	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность\ Classes	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.40	9.00 – 11.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка \ Free playing, Outdoor games	9.40 – 11.30	9.50 – 11.30	10.40 – 11.45	11.00 – 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность \ Free playing, Reading	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00	11.45 – 12.15	11.45 – 12.20
Подготовка к обеду, обед\ Lunch	12.00 – 12.45	12.00 – 12.45	12.15 – 12.45	12.20 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.45 – 15.00	12.45 – 15.00	12.45 – 15.00	12.45 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна \ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.35	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник \ Snack	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.35 – 16.00	15.35 – 16.00
НОД, игры по интересам, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми \ Classes, Developing games, Free playing, Reading	16.00 – 16.40	16.00 – 16.45	16.00 – 16.50	16.00 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность.\ Free playing, Outdoor games	16.40 – 18.30	16.45 – 18.30	16.50 – 18.30	16.50 – 18.30
Уход детей домой.\Going home	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00	18.30 – 19.00

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА (3-4 года)
Примерный режим дня\ Daily routine (с 12 – часовым пребыванием)

Холодный период года

Режимные моменты\ Daily routine moments	Младшая группа \ Nursery group
Прием и осмотр, игры, индивидуальные беседы с детьми\Arrival, Developing games,	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика \Morning exercises	8.00 – 8.10
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак \Bathroom, Breakfast	8.10 – 8.40
Подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность детей\ Developing games, Free playing	8.40 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность\ Classes	9.00 – 9.40
Игры, подготовка к прогулке, прогулка \ Free playing, Outdoor games	9.40 – 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность \ Free playing, Reading	11.30 – 12.00
Подготовка к обеду, обед\ Lunch	12.00 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.45 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна \ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник \ Snack	15.30 – 16.00
НОД, игры по интересам, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми \ Classes, Developing games, Free playing, Reading	16.00 – 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность.\ Free playing, Outdoor games	16.40 – 18.30
Уход детей домой.\Going home	18.30 – 19.00

Тёплый период года

Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика\Arrival, Developing games, Morning exercises	7.00 – 8.20
Подготовка к завтраку. Завтрак\Bathroom, Breakfast	8.35– 9.05
Игры, подготовка к прогулке, занятию, выход на прогулку\ Free playing	9.05– 9.15
Занятие на участке\ Developing games	9.15 – 9.30
Прогулка: игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры\ Outdoor games	9.30. – 11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры\ Bathroom, Free playing, Reading	11.40 – 12.10
Подготовка к обеду. Обед\ Lunch	12.10– 12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.35 -15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры\ Waking up, Bathroom	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник\ Snack	15.30 – 15.50
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, воздушные процедуры\ Free playing, Outdoor games	15.50 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой\Going home	18.30 – 19.00

СРЕДНЯЯ ГРУППА (4-5 лет)
Примерный режим дня \ Daily routine (с 12 – часовым пребыванием)

Холодный период года

Режимные моменты\ Daily routine moments	Средняя группа \ Junior group
Прием и осмотр, игры, индивидуальные беседы с детьми\Arrival, Developing games,	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика \Morning exercises	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак \Bathroom, Breakfast	8.15 – 8.45
Подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность детей\ Developing games, Free playing	8.45 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность\ Classes	9.00 – 9.50
Игры, подготовка к прогулке, прогулка \ Free playing, Outdoor games	9.50 – 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность \ Free playing, Reading	11.30 – 12.00
Подготовка к обеду, обед\ Lunch	12.00 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.45 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна \ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник \ Snack	15.30 – 16.00
НОД, игры по интересам, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми \ Classes, Developing games, Free playing, Reading	16.00 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность.\ Free playing, Outdoor games	16.45 – 18.30
Уход детей домой.\Going home	18.30 – 19.00

Тёплый период года

Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика\Arrival, Developing games, Morning exercises	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак\Bathroom, Breakfast	8.35– 9.05
Игры, подготовка к прогулке, занятию, выход на прогулку\ Free playing	9.05– 9.15
Занятие на участке\ Developing games	9.15 – 9.30
Прогулка: игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры\ Outdoor games	9.30. – 11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры\ Bathroom, Free playing, Reading	11.40 – 12.10
Подготовка к обеду. Обед\ Lunch	12.10– 12.35
Подготовка ко сну. Дневной сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.35 -15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры\ Waking up, Bathroom	15.15 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник\ Snack	15.30 – 15.50
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, воздушные процедуры\ Free playing, Outdoor games	15.50 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой\Going home	18.30 – 19.00

СТАРШАЯ ГРУППА (5-6 лет)
Примерный режим дня\ Daily routine (с 12 – часовым пребыванием)

Холодный период года

Режимные моменты\ Daily routine moments	Старшая группа \ Middle group
Прием и осмотр, игры, индивидуальные беседы с детьми\Arrival, Developing games,	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика \Morning exercises	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак \Bathroom, Breakfast	8.20 – 8.50
Подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность детей\ Developing games, Free playing	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность\ Classes	9.00 – 10.40
Игры, подготовка к прогулке, прогулка \ Free playing, Outdoor games	10.40 – 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность \ Free playing, Reading	11.45 – 12.15
Подготовка к обеду, обед\ Lunch	12.15 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.45 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна \ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник \ Snack	15.35 – 16.00
НОД, игры по интересам, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми \ Classes, Developing games, Free playing, Reading	16.00 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность.\ Free playing, Outdoor games	16.50 – 18.30
Уход детей домой.\Going home	18.30 – 19.00

Тёплый период года

Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика\Arrival, Developing games, Morning exercises	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак\Bathroom, Breakfast	8.35– 9.00
Игры, подготовка к прогулке, занятию, выход на прогулку\ Free playing	9.00– 9.15
Занятие на участке\ Developing games	9.15 – 9.45
Прогулка: игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры\ Free playing, Outdoor games	9.45 – 12.15
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры \ Free playing, Reading	12.15 – 12.30
Подготовка к обеду. Обед\ Lunch	12.30– 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон\ Reading, Bathroom, Naptime	13.00 -15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры\ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник\ Snack	15.30 – 15.45
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, воздушные процедуры\ Free playing, Outdoor games	15.45 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой\Going home	18.30 – 19.00

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА (6-7 лет)
Примерный режим дня\ Daily routine (с 12 – часовым пребыванием)

Холодный период года

Режимные моменты\ Daily routine moments	Подготовительная группа\ Senior group
Прием и осмотр, игры, индивидуальные беседы с детьми\Arrival, Developing games,	7.00 – 8.00
Утренняя гимнастика \Morning exercises	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, гигиенические процедуры, завтрак \Bathroom, Breakfast	8.25 – 8.50
Подготовка к НОД, игры, самостоятельная деятельность детей\ Developing games, Free playing	8.50 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность\ Classes	9.00 – 11.00
Игры, подготовка к прогулке, прогулка \ Free playing, Outdoor games	11.00 – 11.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность \ Free playing, Reading	11.45 – 12.20
Подготовка к обеду, обед\ Lunch	12.20 – 12.45
Подготовка к дневному сну, сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.45 – 15.00
Подъем, воздушные, водные процедуры, гимнастика после сна \ Waking up, Bathroom	15.00 – 15.35
Подготовка к полднику, полдник \ Snack	15.35 – 16.00
НОД, игры по интересам, совместная деятельность, индивидуальная работа с детьми \ Classes, Developing games, Free playing, Reading	16.00 – 16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, самостоятельная деятельность.\ Free playing, Outdoor games	16.50 – 18.30
Уход детей домой.\Going home	18.30 – 19.00

Тёплый период года

Приём, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика\Arrival, Developing games, Morning exercises	7.00 – 8.35
Подготовка к завтраку. Завтрак\Bathroom, Breakfast	8.35– 8.55
Игры, подготовка к прогулке, занятию, выход на прогулку\ Free playing	8.55– 9.05
Занятие на участке\ Developing games	9.05 – 9.40
Прогулка: игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры\ Free playing, Outdoor games	9.40 – 12.15
Возвращение с прогулки, водные процедуры, игры \ Free playing, Reading	12.15 – 12.35
Подготовка к обеду. Обед\ Lunch	12.35– 12.55
Подготовка ко сну. Дневной сон\ Reading, Bathroom, Naptime	12.55 -15.05
Постепенный подъем, воздушные процедуры, игры\ Waking up, Bathroom	15.05 – 15.30
Подготовка к полднику. Полдник\ Snack	15.30 – 15.40
Подготовка к прогулке. Прогулка: игры, наблюдения, воздушные процедуры\ Free playing, Outdoor games	15.40 – 18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой\ Going home	18.30 – 19.00