

Приложение № 8
к Образовательной программе дошкольного образования
МДОБУ «ДСКВ № 1» г. Всеволожска
утвержденной приказом от 30.08.2023 № 97

РЕЖИМЫ ДНЯ

К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

МДОБУ «ДСКВ № 1» Г. ВСЕВОЛОЖСКА

**(режимы дня на первый (холодный), второй (тёплый) и
адаптационный периоды)**

АДАПТАЦИОННЫЙ РЕЖИМ

При комплектовании новой группы детей 3-4 лет, 4-5 лет, 5-6 лет приём детей осуществляется постепенно, в соответствии с графиком, составленным воспитателями группы с учётом степени адаптации детей.

Приём детей в группы 3-4 лет, 4-5 лет, 5-6 лет осуществляется по щадящему режиму:

Первая неделя пребывания ребёнка в течении 1 – 1,5 часов, в первую половину дня;

Вторая неделя пребывания ребёнка до дневного сна;

Третья неделя пребывания ребёнка, включая дневной сон;

Четвертая неделя пребывания ребёнка до 16:00;

Пятая неделя - в течение всего дня, в зависимости от эмоционального состояния ребёнка.

Адаптационный период может удлиняться или сокращаться в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка, характера течения адаптации, в зависимости от того, посещал ли ребёнок дошкольное учреждение или поступил из семьи.

РЕЖИМ ДНЯ

первый период года (сентябрь-май)

для обучающихся группы 3-4 лет

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры, подготовка к занятиям.
09:00 – 10:00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты; перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики
10:00 – 10:20	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
10:20– 12:20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:20 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15:20 – 16:20	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 18:00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
18:00 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
первый период года (сентябрь-май)

для обучающихся группы 4-5 лет

Время	Содержание
07:00 – 08:30	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры, подготовка к занятиям.
09:00 – 10:00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты; перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики.
10:00 – 10:20	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
10:20– 12:20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:20 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15:20 – 16:20	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 18:00	Досуги, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
18:00 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
первый период года (сентябрь-май)

для обучающихся группы 5-6 лет

Время	Содержание
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08:50 – 09:00	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры, подготовка к занятиям.
09:00 – 10:30	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия – 2 минуты; перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики
10:20 – 10:30 (в промежутке между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
10:30 – 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:30 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед (в соответствии с возрастными группами).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъём детей, закаливающие процедуры.
15:20– 16:20	Занятия, совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:40 – 18:00	Совместная деятельность взрослого и обучающихся, досуги, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
18:00 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
первый период года (сентябрь-май)

для обучающихся группы 6-7 лет

Время	Содержание
07:00 – 08:20	Прием и осмотр обучающихся. Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры, утренняя гимнастика (не менее 10 минут).
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.00	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры, подготовка к занятиям.
09:00 – 11:00	Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут) проведение педагогической диагностики.
10:20 – 10:30 (в промежутке между занятиями)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК. (период времени включает в себя: выдачу пищи с пищеблока, подготовку ко второму завтраку, второй завтрак).
11:00 – 12:30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность), возвращение с прогулки.
12:30 – 13:00	ОБЕД. (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
13:00 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъём детей, закаливающие процедуры.
15:20– 16:20	Совместная деятельность взрослого и обучающихся, чтение художественной литературы, театрализованная деятельность, самостоятельная деятельность, игры.
16:20 – 16:40	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:35 – 17:30	Совместная деятельность взрослого и обучающихся, досуги, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
17:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход обучающихся домой).

РЕЖИМ ДНЯ
второй период года (июнь-август)

для обучающихся группы 3-4 лет

Время	Содержание
07:00 – 08:00	Прием и осмотр обучающихся на улице (в зависимости от погодных условий).
8:00 – 8:15	Утренняя гимнастика на улице (в зависимости от погодных условий).
8:15 – 8:30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК. (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.30	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
10:20 – 10:30 (в группе)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК в группе. (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
09:30 – 12:20	Прогулка, игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность, чтение художественной литературы. Занятия на улице по погодным условиям (согласно расписания на летний период), самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
12:20 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, развлечения, совместная деятельность взрослого и обучающихся, игры.
16:15 – 16:30	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с обучающимися, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность, игры.

РЕЖИМ ДНЯ
второй период года (июнь-август)

для обучающихся группы 4-5 лет

Время	Содержание
07:00 – 08:00	Прием и осмотр обучающихся на улице (в зависимости от погодных условий).
8:00 – 8:15	Утренняя гимнастика на улице (в зависимости от погодных условий).
8:15 – 8:30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК. (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.30	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
10:20 – 10:30 (в группе)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК в группе. (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
09:30 – 12:20	Прогулка, игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность, чтение художественной литературы. Занятия на улице по погодным условиям (согласно расписания на летний период), самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
12:20 – 12:50	ОБЕД (период времени включает в себя: подготовку к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, обед).
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, развлечения, совместная деятельность взрослого и обучающихся, игры.
16:15 – 16:30	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с обучающимися, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность, игры.

РЕЖИМ ДНЯ
второй период года (июнь-август)

для обучающихся группы 5-6 лет

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:00	Прием и осмотр обучающихся на улице (в зависимости от погодных условий).
8:00 – 8:15	Утренняя гимнастика на улице (в зависимости от погодных условий).
8:15 – 8:30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК. (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.30	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
10:20 – 10:30 (в группе)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК в группе. (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
09:30 – 12:30	Прогулка, игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность, чтение художественной литературы. Занятия на улице по погодным условиям (согласно расписания на летний период), самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, развлечения, совместная деятельность взрослого и обучающихся, игры.
16:20 – 16:35	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с обучающимися, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность, игры.

РЕЖИМ ДНЯ
второй период года (июль-август)

для обучающихся группы 6-7 лет

<i>Время</i>	<i>Содержание</i>
07:00 – 08:00	Прием и осмотр обучающихся на улице (в зависимости от погодных условий).
8:00 – 8:15	Утренняя гимнастика на улице (в зависимости от погодных условий).
8:15 – 8:30	Совместная деятельность педагога с детьми, самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
08:30 – 08:50	ЗАВТРАК. (период времени включает в себя: подготовку к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, завтрак).
08.50 – 09.30	Самостоятельная деятельность обучающихся, игры.
10:20 – 10:30 (в группе)	ВТОРОЙ ЗАВТРАК в группе. (период времени включает в себя: подготовку ко второму завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков, второй завтрак).
09:30 – 12:30	Прогулка, игры, труд, наблюдения, самостоятельная и совместная деятельность, чтение художественной литературы. Занятия на улице по погодным условиям (согласно расписания на летний период), самостоятельная деятельность обучающихся по интересам. Воздушные, солнечные процедуры.
12:50 – 15:20	Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем детей, воздушные и водные процедуры.
15:20 – 16:15	Досуги, развлечения, совместная деятельность взрослого и обучающихся, игры.
16:20 – 16:35	ПОЛДНИК (уплотнённый) (период времени включает в себя: подготовку к полднику, воспитание культурно-гигиенических навыков, полдник).
16:30 – 19:00	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, беседы с обучающимися, сюжетно-ролевые игры, конструирование, свободное творчество, самостоятельная деятельность, игры.