

«Согласован»  
Врач-педиатр ГАУЗ МО ДГБ

«Утвержден»  
Руководитель структурного подразделения

И.А. Иванова

Зацева Ирина  
Викторовна

Подписано цифровой  
подписью: Зацева Ирина  
Викторовна  
Дата: 2023.08.31 16:21:21 +03'00'

### **Режим дня воспитанников**

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Гимназии №3 г. Дубны Московской области»  
Структурного подразделения – дошкольного отделения  
Детского сада «Золотая рыбка»

Режим составлен в соответствии с требованиями действующего Сан.Пин, Учебным планом, , Правилами внутреннего трудового распорядка и инновационной программой дошкольного образования «От рождения до школы» (издание пятое (инновационное), дополненное и переработанное) под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;

решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

#### Организация режима дня

При проведении режимных процессов ДОО придерживается следующих правил:

полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;

тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;

привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение

самостоятельности и активности;

формирование культурно-гигиенических навыков;

эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;

учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;

спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

#### Основные принципы построения режима дня

Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня.

Организация режима дня проводится с учётом холодного и теплого периодов года.



Подготовка к полднику, полдник.	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.20-15.50	15.20-15.50	15.20-16.00	15.20-16.10	15.20-16.20	15.20-16.20	15.20-16.30	15.20-16.30
Подготовка к ужину, ужин.	15.50-16.20	15.50-16.20	16.00-16.30	16.10-16.35	16.20-16.40	16.20-16.40	16.30-16.50	16.30-16.50
Вечерний круг ( 1 и 2 группа ран. возр. - чтение художеств, литературы)	16.20-16.30	16.20-16.30	16.30-16.45	16.35-16.55	16.40-17.00	16.40-17.00	16.50-17.10	16.50-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.30-19.00	16.30-19.00	16.45-19.00	16.55-19.00	17.00-19.00	17.00-17.30	17.10-19.00	17.00-17.30

Теплый период года

Режимные моменты	Время проведения							
	1 группа ранн.возр	2 группа ранн.возр.	младшая группа	средняя группа	старшая группа	старшая группа компенсирующей направлен.	подготовит. группа	подготовит группа компенсирующей направлен.
Приём детей на улице, утрення гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.30	7.30-8.30	7.00-8.35	7.00-8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.50	8.10-8.50	8.10-8.40	8.20-8.40	8.30-8.50	8.30-8.50	8.35-8.55	8.35-8.55
Утренний круг	-	-	8.40-9.00	8.40-9.00	8.50-9.10	8.50-9.10	8.55-9.15	8.55-9.15

Подготовка к прогулке, прогулка: занятия, игры, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры	8.50-10.50	8.50-10.50	9.00-11.00	9.00-11.15	9.10-11.30	9.10-11.30	9.15-11.40	9.15-11.40
Возвращение с прогулки, водные процедуры, закаливающие мероприятия	10.50-11.20	10.50-11.20	11.00-11.30	11.15-11.45	11.30-12.00	11.30-12.00	11.40-12.10	11.40-12.10
Подготовка к обеду, обед	11.20-12.00	11.20-12.00	11.30-12.00	11.45-12.15	12.00-12.30	12.00-12.30	12.10-12.40	12.10-12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.00-15.00	12.15-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, профилактические, физкультурно-оздоровительные процедуры.	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20	15.10-15.20
Подготовка к прогулке, прогулка	15.20-16.00	15.20-16.00	15.20-16.10	15.20-16.15	15.20-16.20	15.20-16.20	15.20-16.25	15.20-16.25
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин	16.00-16.30	16.00-16.30	16.10-16.30	16.15-16.35	16.20-16.40	16.20-16.40	16.25-16.45	16.25-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка, вечерний круг, уход детей домой	16.30-19.00	16.30-19.00	16.30-19.00	16.35-19.00	16.40-19.00	16.40-17.30	16.45-19.00	16.45-17.30

