

Утверждаю
МБДОУ Емельяновский детский сад №3
Реунова С.П. _____

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Емельяновский детский сад №3 комбинированной направленности

Гибкий режим дня для детей второй младшей группы

холодный период года (сентябрь – май)

2024– 2025г.

Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями), утренние беседы, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.	7.00-8.00	
Утренняя гимнастика (физическая культура, здоровье, игра);	8.00-8.05	
Подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков, самообслуживание.	8.10-8.15	
Завтрак: обучение культуре еды	8.20-8.40	
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная, театрализованная и др.)	8.45-8.55	
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.15	
Организованная образовательная деятельность	9.25-9.40	
Второй завтрак	9.40-9.55	
Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания	9.55-10.05	
Прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд в природе, индивидуальная работа, подвижные игры, игры по интересам детей	10.05-11.45	
Возвращение с прогулки, обучения навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей	11.45-11.50	
Подготовка к обеду: воспитание культурно-гигиенических навыков, дежурство	11.50.-11.55	
Обед: обучение правильному пользованию столовыми приборами, культуре еды	12.00-12.20	
Подготовка ко сну: обучение навыкам самообслуживания	12.20-12.30	
Дневной сон: создание тихой, благоприятной обстановки для сна	12.30-15.00	
Постепенный подъем: гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, «Дорожки здоровья»	15.10-15.15	
Полдник: обучение культуре еды	15.20-15.40	
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (ознакомление с художественной литературой), труд, игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, строительные, по интересам детей), досуг, развлечения	15.40-17.00	
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры	17.10-17.15	
Ужин: воспитание культуре еды	17.15-17.30	
Игры, досуг, общение по интересам и выбору детей. Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания Прогулка: двигательная активность, наблюдения, игры Уход детей домой	17.30-19.00	
Режимные моменты	По СанПиН 2.4.1.3049-13	Мл.гр.
Прогулка	3 - 4 часа	3.10 часа
Сон	2 – 2,5 часа	2,5 часа

НОД	Не более 15 минут (не более 30 мин. в день)	15 минут (30 мин. в день)
Самостоятельная деятельность	Не менее 3 – 4 часов в день	3 часа 10 часа

Утверждаю
МБДОУ Емельяновский детский сад №3
Реунова С.П. _____

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Емельяновский детский сад №3 комбинированной направленности

Гибкий режим дня для детей средней группы

холодный период года (сентябрь – май)

2024 – 2025г.

Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями), утренние беседы, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.		7.00-8.00
Утренняя гимнастика		8.00-8.10
Подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков, самообслуживание.		8.10-8.15
Завтрак: обучение культуре еды		8.20- 8.40
Чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная, театрализованная и др.)		8.45-8.55
Подготовка к непосредственно образовательной деятельности		8.55-9.00
Непосредственная образовательная деятельность		9.00-9.20 9.35-9.55
Второй завтрак		09.55-10.10
Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания		10.10-10.20
Прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд в природе, индивидуальная работа, подвижные игры, игры по интересам детей		10.20-11.55
Возвращение с прогулки, обучения навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей		11.55-12.10
Подготовка к обеду: воспитание культурно-гигиенических навыков, дежурство		12.10-12.15
Обед: обучение правильному пользованию столовыми приборами, культуре еды		12.20-12.40
Подготовка ко сну: обучение навыкам самообслуживания		12.40-12.50
Дневной сон: создание тихой, благоприятной обстановки для сна		12.50-15.00
Постепенный подъем: гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, «Дорожки здоровья»		15.00-15.10
Подготовка к полднику: воспитание культурно-гигиенических навыков		15.10-15.15
Полдник: обучение культуре еды		15.20-15.40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (ознакомление с художественной литературой), труд, игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, строительные, по интересам детей), досуг, развлечение		15.40-17.10
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры		17.10-17.15
Ужин: воспитание культуре еды		17.20-17.35
Игры, досуг, общение по интересам и выбору детей. Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания Прогулка: двигательная активность, наблюдения, игры Уход детей домой		17.40-19.00
Режимные моменты	По СанПиН 2.4.3648-20	Ср.гр.
Прогулка	3 - 4 часа	3 часа
Сон	2 – 2,5 часа	2 часа
НОД	Не более 20 минут (не более 40 мин. в день). Перерывы между НОД не менее 10 мин	20 минут 2ч.. в день
Самостоятельная деятельность	Не менее 3 – 4 часов в день	3 часа

Утверждаю
МБДОУ Емельяновский детский сад №3
Реунова С.П. _____

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Емельяновский детский сад №3 комбинированной направленности
Гибкий режим дня для детей подготовительной к школе группы
холодный период года (сентябрь – май)
2024 – 2025г.

Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями), утренние беседы, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.	7.00-8.00
Утренняя гимнастика	8.15-8.25
Подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков	8.25-8.30
Завтрак: обучение культуре еды	8.30- 8.35
Самостоятельная игровая деятельность	8.40-9.00
Организация образовательной деятельности	8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00-9.30 9.35-10.05
Второй завтрак	10.05-10.20
НОД	10.30-11.00
Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания	11.00-11.10
Прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд в природе, индивидуальная работа, подвижные игры, игры по интересам детей	11.10-12.10
Возвращение с прогулки, обучения навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей	12.10-12.25
Подготовка к обеду: воспитание культурно-гигиенических навыков, дежурство	12.25-12.30
Обед: обучение правильному пользованию столовыми приборами, культуре еды	12.35-12.50
Подготовка ко сну: обучение навыкам самообслуживания	12.50-13.00
Дневной сон: создание тихой, благоприятной обстановки для сна	13.00-15.00
Постепенный подъем: гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, «Дорожки здоровья»	15.00-15.15
Подготовка к полднику: воспитание культурно-гигиенических навыков	15.25-15.30
Полдник: обучение культуре еды	15.35-15.45
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (ознакомление с художественной литературой), труд, игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, строительные, по интересам детей), досуг, развлечение	15.45-17.25
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры	17.25-17.30
Ужин: воспитание культуре еды	17.35-17.45
Игры, досуг, общение по интересам и выбору детей. Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания Прогулка: двигательная активность, наблюдения, игры Уход детей домой	17.45-19.00
Режимные моменты	По СанПиН 2.4.3648-20
Прогулка	3 - 4 часа
Сон	2 – 2,5 часа
НОД	Не более 30 минут (не более 1ч 30 мин. в день). Перерывы между НОД не менее 10 мин. Не более 30 мин. во 2 половину дня.
	Подг.гр.
	3 часа
	2 часа
	30 минут (4 ч. в день)

Самостоятельная деятельность	Не менее 3 – 4 часов в день	3 часа
-------------------------------------	-----------------------------	--------

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется дополнительно во второй половине дня после дневного сна не более 30 минут в день

Утверждаю

МБДОУ Емельяновский детский сад №3

Реунова С.П. _____

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Емельяновский детский сад №3 комбинированной направленности

Гибкий режим дня для детей Разновозрастной 1 группы

холодный период года (сентябрь – май)

2024 – 2025г.

Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями), утренние беседы, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.		7.00-8.00
Утренняя гимнастика		8.05-8.15
Подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков		8.20-8.25
Завтрак: обучение культуре еды		8.30- 8.35
Самостоятельная игровая деятельность		8.40-9.00
Организация образовательной деятельности		8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность		9.00-9.25 9.35-10.00
Второй завтрак		10.05-10.20
НОД		10.30-10.55
Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания		10.55-11.10
Прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд в природе, индивидуальная работа, подвижные игры, игры по интересам детей		11.10-12.00
Возвращение с прогулки, обучения навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей		12.00-12.10
Подготовка к обеду: воспитание культурно-гигиенических навыков, дежурство		12.20-12.25
Обед: обучение правильному пользованию столовыми приборами, культуре еды		12.35-12.50
Подготовка ко сну: обучение навыкам самообслуживания		12.50-13.00
Дневной сон: создание тихой, благоприятной обстановки для сна		13.00-15.00
Постепенный подъем: гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, «Дорожки здоровья»		15.00-15.15
Подготовка к полднику: воспитание культурно-гигиенических навыков		15.20-15.25
Полдник: обучение культуре еды		15.25-15.40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (ознакомление с художественной литературой), труд, игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, строительные, по интересам детей), досуг, развлечение		15.40-17.20
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры		17.20-17.25
Ужин: воспитание культуре еды		17.30-17.45
Игры, досуг, общение по интересам и выбору детей. Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания Прогулка: двигательная активность, наблюдения, игры Уход детей домой		17.45-19.00
Режимные моменты	По СанПиН 2.4.3648-20	Ст.гр.
Прогулка	3 - 4 часа	3 часа
Сон	2 – 2,5 часа	2 часа
НОД	Не более 25 минут (не более 1ч 15 мин. в день). Перерывы между НОД не менее 10 мин. Не более 25 мин. во 2 половину дня.	25 минут (3ч.20 мин. в день)

Самостоятельная деятельность	Не менее 3 – 4 часов в день	3 часа
-------------------------------------	-----------------------------	--------

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется дополнительно во второй половине дня после дневного сна не более 25-30 минут в день

Утверждаю

МБДОУ Емельяновский детский сад №3

Реунова С.П. _____

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Емельяновский детский сад №3 комбинированной направленности

Гибкий режим дня для детей Разновозрастной 2 группы

холодный период года (сентябрь – май)

2024 – 2025г.

Прием детей, осмотр (взаимодействие с родителями), утренние беседы, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.		7.00-8.00
Утренняя гимнастика		8.05-8.15
Подготовка к завтраку: воспитание культурно-гигиенических навыков		8.20-8.25
Завтрак: обучение культуре еды		8.30- 8.35
Самостоятельная игровая деятельность		8.40-9.00
Организация образовательной деятельности		8.50-9.00
Непосредственно образовательная деятельность		9.00-9.25 9.35-10.00
Второй завтрак		10.05-10.20
НОД		10.30-10.55
Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания		10.55-11.10
Прогулка: наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд в природе, индивидуальная работа, подвижные игры, игры по интересам детей		11.10-12.00
Возвращение с прогулки, обучения навыкам самообслуживания, самостоятельная деятельность детей		12.00-12.10
Подготовка к обеду: воспитание культурно-гигиенических навыков, дежурство		12.20-12.25
Обед: обучение правильному пользованию столовыми приборами, культуре еды		12.35-12.50
Подготовка ко сну: обучение навыкам самообслуживания		12.50-13.00
Дневной сон: создание тихой, благоприятной обстановки для сна		13.00-15.00
Постепенный подъем: гимнастика пробуждения, закаливающие процедуры, «Дорожки здоровья»		15.00-15.15
Подготовка к полднику: воспитание культурно-гигиенических навыков		15.20-15.25
Полдник: обучение культуре еды		15.25-15.40
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность (ознакомление с художественной литературой), труд, игры (дидактические, сюжетно-ролевые, театрализованные, строительные, по интересам детей), досуг, развлечение		15.40-17.20
Подготовка к ужину: гигиенические процедуры		17.20-17.25
Ужин: воспитание культуре еды		17.30-17.45
Игры, досуг, общение по интересам и выбору детей. Подготовка к прогулке: обучение навыкам самообслуживания Прогулка: двигательная активность, наблюдения, игры Уход детей домой		17.45-19.00
Режимные моменты	По СанПиН 2.4.3648-20	Ст.гр.
Прогулка	3 - 4 часа	3 часа
Сон	2 – 2,5 часа	2 часа
НОД	Не более 25 минут (не более 1ч 15 мин. в день). Перерывы между НОД не менее 10 мин. Не более 25 мин. во 2 половину дня.	25 минут (3ч.20 мин. в день)

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется дополнительно во второй половине дня после дневного сна не более 25-30 минут в день

Физкультурно-оздоровительная работа

В учреждении проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитываются их индивидуальные возможности.

Важное внимание уделяется выработке у детей правильной осанки.

В помещении обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание.

Пребывание детей на воздухе обеспечивается в соответствии с режимом дня.

Оптимальный двигательный режим осуществляется через рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60 % от всего времени бодрствования.

Педагог поощряет участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке, развивает инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощряет самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. А также воспитывает у детей интерес к физическим упражнениям, учит пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Ежедневно проводится с желающими детьми утренняя гимнастика.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводится физкультминутка длительностью 1–3 минуты.

Режим двигательной активности

Формы организации детей	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 15–20	2 раза в неделю 20–25	2 раза в неделю 25–30	2 раза в неделю 30–35
	на улице	1 раз в неделю 15–20	1 раз в неделю 20–25	1 раз в неделю 25–30	1 раз в неделю 30–35
Физкультурно-оздоровительная	утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5–6	Ежедневно 6–8	Ежедневно 8–10	Ежедневно 10–12

работа в режиме дня	подвижные и спортивные игры и	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)			
	упражнения на прогулке	15–20	20–25	25–30	30–40
	физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия 3–5	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий 3–5	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий 3–5	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий 3–5
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 30–45мин	1 раз в месяц 40мин
	физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	день здоровья	1 раз в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно