

Примерные режимы дня пребывания детей в МДОУ «ЦРР-д/с №31 «Берёзка».

Режим и распорядок дня составлен с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и ФОП ДО (пункта 35 (Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах), условий реализации Программы МБДОУ «ЦРР - д/с №31 «Берёзка», сезона года, потребностей участников образовательных отношений.

Период реализации Программы делится на два периода:

- холодный период года – 1 сентября – 31 мая.
- теплый период года – 1 июня – 31 августа.

Режим дня для детей 2-3 лет на холодный период - 1 сентября -31 мая 10 часов пребывания

Время	Содержание
7.30.00-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Гигиенические процедуры
8.30-8.50	Подготовка к завтраку Завтрак
8.50-9.20	Игры, общение, подготовка к занятиям
9.20-10.00*	Занятия в игровой форме по подгруппам
10.00 -11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
11.40-12.30	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.30-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей, активное бодрствование (игры, предметная деятельность и другое) /совместная деятельность детей и взрослых
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей). взаимодействие с семьями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

**Режим дня
для детей 2-3 лет
на теплый период - 1 июня - 31 августа
10 часов пребывания**

Время	Содержание
7.30.00-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Гигиенические процедуры
8.30-8.50	Подготовка к завтраку. Завтрак
8.50-9.20	Игры, общение, подготовка к занятиям
9.20-10.00*	Занятия в игровой форме по подгруппам
10.00 -11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
11.40-12.30	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
12.30-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей, активное бодрствование (игры, предметная деятельность и другое) /совместная деятельность детей и взрослых
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей). взаимодействие с семьями воспитанников. Уход домой.

***нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.**

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

**Режим дня
для детей 3-4 года
на холодный период - 1 сентября -31 мая
10 часов (при наличии дежурной группы – 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.00*	Занятия
10.00 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30 17.30-19.00**	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей) Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 3-4 года
на теплый период - 1 июня - 31 августа
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.00*	Занятия
10.00 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)
17.30-19.00**	Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 4-5 лет
на холодный период - 1 сентября - 31 мая
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.10*	Занятия
10.10 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30 17.30-19.00**	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей) Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 4-5 лет
на теплый период - 1 июня - 31 августа
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.10*	Занятия
10.10 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)
17.30-19.00**	Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 5-6 лет
на холодный период - 1 сентября - 31 мая
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.20*	Занятия
10.20 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей/ занятия
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)
17.30-19.00**	Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 5-6 лет
на теплый период - 1 июня - 31 августа
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-9.10	Самостоятельная деятельность детей, игры, подготовка к занятиям
9.10-10.20*	Занятия
10.20 -12.00	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-13.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.00-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30 17.30-19.00**	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей) Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 6-7 лет
на холодный период - 1 сентября - 31 мая
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.30*	Подготовка к занятиям. Занятия
10.30 -10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
12.20-13.10	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.10-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей/занятия
16.30-17.30 17.30-19.00**	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей) Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

**Режим дня
для детей 6-7 лет
на теплый период - 1 июня - 31 августа
10 часов пребывания (при наличии дежурной группы - 12 часов)**

Время	Содержание
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение
8.00-8.10	Утренняя зарядка
8.10-8.30	Игры, общение, самостоятельная деятельность детей.
8.30-9.00	Гигиенические процедуры. Подготовка к завтраку, завтрак
9.00-10.30*	Подготовка к занятиям. Занятия
10.30 -10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
12.20-13.10	Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду. Обед
13.10-15.30	Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.
15.30-15.50	Полдник
15.50-16.30	Игры, самостоятельная деятельность детей
16.30-17.30	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей)
17.30-19.00**	Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.
7.30-8.00	Утренний прием (при благоприятных погодных условиях – на свежем воздухе), осмотр детей, беседы, игры, общение

*нет четкого регламента начала и окончания образовательной деятельности, в том случае, если Занятия проходят в группе.

При проведении Занятий в музыкальном зале и спортивном зале время более точное, в соответствии с расписанием работы залов.

** при наличии дежурной группы

Режим дня
для детей 2-3 лет в группе кратковременного пребывания
4 часа пребывания

Время	Содержание
8.30-9.00	Утренний прием, осмотр детей, беседы, игры, общение
9.00-9.20	Игры, подготовка к занятиям
9.20-10.00*	Занятия в игровой форме по подгруппам
10.00 -11.40	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей). Возвращение с прогулки
10.30-10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
12.00-12.30	Уход детей домой

Режим дня
для детей 3-7 лет в группе кратковременного пребывания
4,5 часа пребывания

Время	Содержание
8.30-9.00	Утренний прием, осмотр детей, беседы, игры, общение
9.00-10.30*	Подготовка к занятиям. Занятия
10.30 -10.50	Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак
10.50-12.20	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность детей), возвращение с прогулки
12.20-13.00	Уход детей домой

На период карантинных мероприятий предполагаются карантинные режимы по показаниям.

Карантинный режим

№	Основное заболевание	Инкубационный период	Профилактические мероприятия	Сроки карантина
1	Ветряная оспа	11-21 дней	Ежедневный осмотр, своевременная изоляция, проветривание, влажная уборка	21 дней
2	Скарлатина	3-12 дней	Ежедневный осмотр, своевременная изоляция, текущая дезинфекция, осмотр ЛОР	7 дней
3	Коклюш	3-14 дней	Ежедневный осмотр, экстренная изоляция, влажная уборка, проветривание, введение иммуноглобулина	14 дней
4	Гепатит «А»	15-35 дней	Ежедневный осмотр, своевременная изоляция, заключительная текущая дезинфекция	40 дней
5	Краснуха коревая	11-24 дней	Ежедневный осмотр, изоляция, проветривание, влажная уборка	21 дней
6	Корь	9-20 дней	Ежедневный осмотр, изоляция, проветривание, влажная уборка	17 дней
7	Эпидемический паротит	10-21 дней	Ежедневный осмотр, изоляция, проветривание, влажная уборка	21 дней
8	Грипп	1-2 дней	Ежедневный осмотр, своевременная изоляция, проветривание, влажная уборка, повышенная неспецифическая резистентность	
9	Гепатит «В»	60-180 дней	Ежедневный осмотр, изоляция, влажная	6 мес.

			уборка, проветривание	
--	--	--	-----------------------	--

Адаптационный режим

Мероприятия и рекомендации	Детский сад (адаптация)	Родители (соблюдение режима, направленного на облегчение адаптации для ребенка)
Режим (щадящий)	Укороченное время пребывания в ДООУ	Соблюдение режима дошкольного учреждения. Приучение ребенка
Питание	Питание, традиционное в ДООУ, согласно рекомендациям	Сохранение привычного способа питания
Закаливание	Во время адаптации – щадящие процедуры в закаливании	Процедуры дома
Воспитательные воздействия	Занятия, способствующие возрасту и развитию ребенка, при отсутствии негативной реакции ребенка	Включение в домашний режим некоторых приемов занятий: рассматривание, чтение и т.п.
Профилактические прививки	Не раньше окончания адаптации	
Профилактика фоновых состояний	По рекомендации врача	Соблюдение рекомендаций воспитателей и мед. работников
Диспансеризация	При необходимости	
Симптоматическая терапия	По назначению врача – комплекс витаминов	то же