

Режим занятий обучающихся в учреждении

1. Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Иркутска детский сад № 146 (далее – Учреждение) функционирует в режиме:
 - полного дня – 12- часового пребывания.
2. Режим работы Учреждения:
 - пятидневная рабочая неделя;
 - часы работы – с 7.00 до 19.00;
 - выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации;
3. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 – 7 лет составляет 5,5 – 6 часов, до 3 лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.
4. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 – 4 часа . Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.
5. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой.
6. При организации режима пребывания детей более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3 – 4 часа и дневной сон.
7. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 – 12,5 часа, из которых 2 – 2,5 часа отводится на дневной сон. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуется однократно продолжительностью не менее 3 часов.
8. На самостоятельную деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 – 4 часов.
9. Максимальная продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет составляет 10 мин. Образовательная деятельность осуществляется в первую и во вторую половину дня (по 8 – 10 минут). Возможно осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки.
10. Максимальная продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет составляет 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет – 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет – 25 минут, для детей от 6-ти до 7-ми лет – 30 минут.

11. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах составляет 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 физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.
12. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25 – 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.
13. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первой половине дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.
14. Формами двигательной деятельности детей в Учреждении являются утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5 – 7 лет предусматривается в организованных формах оздоровительно-воспитательная деятельность 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Учреждения.

15. С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 – 3 раза в неделю.

Длительность занятий по физическому развитию для детей от 1 года 7 месяцев до 2 лет – 8 – 10 минут, от 2 лет 1 месяца до 3 лет – 10-15 минут.

16. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе – 15 мин.,
- в средней группе – 20 мин.,
- в старшей группе – 25 мин.,
- в подготовительной группе – 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 – 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе (при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям).

17. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.
18. Режим занятий дополнительного образования устанавливается расписанием занятий.
19. При проведении занятий детей с использованием компьютерной техники организация и режим занятий должны соответствовать требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.
20. Конкретный режим посещения ребенком Учреждения устанавливается договором об образовании, заключаемом между Учреждением и родителями (законными представителями) ребёнка.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ д/с №146

Н.И. Стрелец

«01» 09 2015 г.

Режим дня пребывания в ДОУ детей разновозрастной группы (5 – 7 лет)

Режим работы группы 12 часов.

В детском саду

Режимные моменты	Время	Примечания
Утренняя встреча, самостоятельная деятельность (Прием на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.15	
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.15 – 8.45	
Организация образовательной деятельности (чтение)	8.45- 9.00	
Организация образовательной деятельности (коммуникативная, познавательно-исследовательская, продуктивная, музыкально-художественная)	9.00 - 10.50	Непосредственно образовательную деятельность следует начинать со старшими детьми в 9.00, постепенно подключая детей младшего возраста в 9.05. Продолжительность занятий для детей 6 года жизни - не более 25 минут, детей 7 года жизни – не более 30 минут
Подготовка к прогулке. Прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах, самостоятельная деятельность)	10.50 - 12.30	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30 -13.00	
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах). Дневной сон.	13.00 – 15.00	
Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.00 -15.20	
Подготовка к полднику, полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 -15.30	
Самостоятельная деятельность. Кружковая, студийная работа	15.30 -16.30	Непосредственно образовательную деятельность следует начинать со старшими детьми, постепенно подключая детей младшего возраста
Прогулка. Самостоятельная деятельность и индивидуальная работа воспитателя (с учетом погодных условий)	16.30 – 18.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.00 – 18.30	
Прогулка. Уход домой	18.30 – 19.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с

Дома

Прогулка.	18.30– 19.30	
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.00 – 21.30	

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ д/с №146

Н.И. Стрелец

«01» 09 2015 г.

Режим дня пребывания в ДОУ детей средней группы (4-5 лет)

Режим работы группы 12 часов.

В детском саду

Прием, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребенка. Самостоятельные и совместные с воспитателем игры, общение, наблюдения. (Прием детей на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Оздоровительные игры. Утренняя гимнастика. (На улице с учетом погодных условий)	8.00 – 8.10	
Подготовка к завтраку.	8.10 – 8.20	
Завтрак.	8.20 - 8.35	
Самостоятельная деятельность детей. Этюды на сохранение психического здоровья детей.	8.35 - 9.00	
Непосредственно образовательная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.	9.00 – 10.00	
Подготовка к прогулке.	10.00 – 10.25	
Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения.	10.25 – 12.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	12.00 – 12.25	
Обед.	12.25 – 12.50	
Подготовка к дневному сну	12.50 – 13.00	
Дневной сон.	13.00 – 15.00	
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к полднику.	15.00 – 15.20	
Полдник.	15.20 – 15.30	
Самостоятельные и совместные с педагогом, игры, развлечения	15.30 – 16.00	
Организованная деятельность: кружки, секции, студии.	16.00 – 16.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения. Уход домой.	16.30– 18.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к ужину. Ужин.	18.00 – 18.30	
Прогулка. Уход домой.	18.30 – 19.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ д/с №146

Н.И. Стрелец

«01» 09 2015 г.

**Режим дня пребывания в ДОУ детей подготовительной к школе группы
(6 – 7 лет) Режим работы группы 12 часов.**

В детском саду

Режимные моменты	Время	Примечания
Утренняя встреча, самостоятельная деятельность (Прием на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Утренняя гимнастика	8.00 – 8.15	
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.15 – 8.45	
Организация образовательной деятельности (чтение)	8.45- 9.00	
Организация образовательной деятельности (коммуникативная, познавательная-исследовательская, продуктивная, музыкально-художественная)	9.00 - 10.50	Продолжительность занятий для детей 7 года жизни – не более 30 минут
Подготовка к прогулке. Прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах), самостоятельная деятельность	10.50 - 12.30	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к обеду, обед (образовательная деятельность в режимных моментах)	12.30 -13.00	
Подготовка ко сну (образовательная деятельность в режимных моментах). Дневной сон.	13.00 – 15.00	
Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.00 -15.20	
Подготовка к полднику, полдник (образовательная деятельность в режимных моментах)	15.20 -15.30	
Самостоятельная деятельность. Кружковая, студийная работа	15.30 -16.30	Продолжительность занятий для детей 7 года жизни – не более 30 минут
Прогулка. Самостоятельная деятельность и индивидуальная работа воспитателя (с учетом погодных условий)	16.30 – 18.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	18.00 – 18.30	
Прогулка. Уход домой	18.30 – 19.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ д/с №146

Н.И. Стрелец

«01» 09 2015 г.

Режим дня пребывания в ДОУ детей старшей группы (5-6 лет)

Режим работы группы 12 часов.

В детском саду

Режимные моменты	Время	Примечания
Прием, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребенка. Самостоятельные и совместные с воспитателем игры, общение, наблюдения. (Прием на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Утренняя гимнастика (На улице с учетом погодных условий)	8.00 – 8.15	
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.45	
Самостоятельная деятельность детей. Этюды на сохранение психического здоровья детей.	8.45 -9.00	
Непосредственно образовательная деятельность. Самостоятельные игры и организованная деятельность.	9.00 – 10.35	Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки составляет (дети 5 года жизни - 15 занятий)
Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения.	10.35 – 12.20	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	12.20 – 12.30	
Обед.	12.30 – 13.00	
Дневной сон.	13.00 – 15.00	
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к полднику. Полдник.	15.00 – 15.30	
Непосредственно образовательная деятельность. Организованная деятельность (кружки, секции, студии).	15.30 – 16.30	Продолжительность занятий для детей 6 года жизни – не более 25 минут
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельные и совместные с педагогом игры, развлечения.	16.30 – 18.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с
Подготовка к ужину. Ужин.	18.00 – 18.30	
Подготовка к прогулке. Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения. Уход домой.	18.30 – 19.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 20 С и скорости ветра более 15 м/с

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ д/с №146

Н.И. Стрелец

«01» 09 2015 г.

**Режим дня пребывания в ДОУ детей 2 младшей группы
3 – 4 года Режим работы группы 12 часов.**

Режимные моменты	Время	Примечания
Прием, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребенка. Самостоятельные и совместные с воспитателем игры, общение, наблюдения. (Прием детей на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Оздоровительные игры. Утренняя гимнастика.	8.05 – 8.15	
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.15 – 8.30	
Самостоятельные игры, чтение художественной литературы	8.30 – 8.45	
Упражнения, этюды на сохранение психического здоровья детей, слушание музыки	8.45 - 9.00	
Непосредственно образовательная деятельность. Самостоятельная деятельность детей. Игры	9.00 – 10.20	Непосредственно образовательную деятельность следует начинать со старшими детьми в 9.00 (продолжительность занятий для детей 4 года жизни – не более 15 минут)
Подготовка к прогулке.	10.20 – 10.30	
Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения.	10.30 – 12.00	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	12.00 – 12.10	
Обед.	12.10 – 12.30	
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30 – 15.00	
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к полднику.	15.00 – 15.20	
Полдник.	15.20 – 15.30	
Организованная деятельность.	15.30 – 16.00 3-4 года	Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки составляет (дети 4 года жизни – 11 занятий,)
Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения.	16.00 – 17.30	
Подготовка к ужину. Ужин.	17.40 – 18.20	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой.	18.20 – 19.00	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ
г. Иркутска детский сад № 146
Н.И. Стрелец
«01» 09 2015 г.

Режим дня пребывания в ДОУ детей разновозрастной группы 2 – 4 лет
Режим работы группы 12 часов.

Режимные моменты	Время	Примечания
Прием, осмотр, опрос родителей о состоянии здоровья ребенка. Самостоятельные и совместные с воспитателем игры, общение, наблюдения. (Прием детей на улице с учетом погодных условий)	7.00 – 8.00	При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Оздоровительные игры. Утренняя гимнастика.	8.05 – 8.15	
Подготовка к завтраку, завтрак. (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.15 – 8.30	
Самостоятельные игры, чтение художественной литературы	8.30 – 8.45	
Упражнения, этюды на сохранение психического здоровья детей, слушание музыки	8.45 - 9.00	
Непосредственно образовательная деятельность по подгруппам, физминутки, пальчиковая гимнастика, элементы психогимнастики.	9.00 – 10.00	Непосредственно образовательную деятельность следует начинать со старшими детьми в 9.00, постепенно подключая детей младшего возраста в 9.05(продолжительность занятий для детей 3 года жизни – не более 10 минут, 4 года жизни – не более 15 минут)
Подготовка к прогулке.	10.00 – 10.20	
Прогулка: наблюдения, игры, физические упражнения.	10.20 – 11.40/11.50	Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 15 м/с
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	11.40/11.50 – 12.00	
Обед.	12.00 – 12.20/12.30	
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.30 – 15.00	
Постепенный подъем, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, подготовка к полднику.	15.00 – 15.15	
Полдник.	15.15 – 15.40	
Чтение , самостоятельная деятельность (игры, беседы)	15.40-16.15	
Подготовка к ужину, ужин (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.15.-16.45	
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах)	16.45-18.00	
Самостоятельная деятельность (игры) уход детей домой, взаимодействие с семьями детей.	18.20 – 19.00	