



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ №155  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД»**

Адрес: Россия, 650025, Кемерово,  
ул. Рукавишниковая – 1 а,  
телефон: 8-(3842) 36-44-60

Принят:  
Педагогическим советом  
МБДОУ №155  
Протокол № 5 от 21.06.2023  
№85/3

Согласован:  
Родительским комитетом  
МБДОУ №155  
Протокол №3 от 21.06.2023

Утвержден:  
Приказом заведующей  
МБДОУ №155  
От «22» июня 2023

**РАСПОРЯДОК ДНЯ В МБДОУ №155 «Центр развития ребенка – детский сад»**

Режим дня	2-ая группа раннего Возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовител ьная группа
<b>Прием детей, свободная игра</b>	7.00-7.50	7.00-7.50	7.00-8.00	7.00-8.07	7.00-8.15
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00	8.00-8.07	8.07-8.15	8.15-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8.00-8.30	8.00-8.40	8.07-8.40	8.15-8.40	8.25-8.45
<b>Утренний круг</b>	-	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	8.30-9.40	9.00-10.00	9.00-10.10	9.00-10.30	9.00-10.45
Второй завтрак	9.40-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20	10.30-10.40	10.45-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.20	10.10-12.00	10.20-12.10	10.40-12.30	11.55-12.30
Возвращение с прогулки, игры, занятия	11.20-11.45	12.00-12.20	12.10-12.30	12.30-12.50	12.30-12.50
Подготовка к обеду, обед, дежурство	11.45-12.20	12.20-13.00	12.30-13.00	12.50-13.15	12.50-13.15
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон	12.20-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.15-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъем, профилактически е физкультурно- оздоровительные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.20-15.40	15.20-15.50	15.20-15.50	15.20-15.50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15.25-16.15	15.40-16.50	15.50-16.50	15.50-16.40	15.40-16.40
<b>Вечерний круг</b>	-	16.50-17.00	16.50-17.00	16.40-16.50	16.40-16.50

Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.30	17.00-18.20	17.00-18.20	16.50-18.20	16.50-18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.30-19.00	18.20-19.00	18.20 - 19.00	18.20-19.00	18.20-19.00

Согласно пункту 2.10 Санитарно-эпидемиологических требований к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования: Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

## Модель двигательного режима в дошкольной организации

Модель двигательного режима	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультминутки	4 мин.	6 мин.	10 мин.	10 мин.
Музыкально – ритмические движения.	НОД по музыкальному развитию 5 мин.	НОД по музыкальному развитию 7 мин.	НОД по музыкальному развитию 15 мин.	НОД по музыкальному развитию 15 мин.
ООД по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	3 раза в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 30 мин.
Подвижные игры на воздухе: сюжетные; бессюжетные; игры-забавы; соревнования; эстафеты; аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр - 15 мин.	Ежедневно не менее двух игр - 20 мин.	Ежедневно не менее двух игр - 20 мин.	Ежедневно не менее двух игр - 30 мин.
Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения дыхательная гимнастика	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 15 мин.	Ежедневно 15 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика;	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 15 мин.	1 раз в месяц по 20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц 30–35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год – 15 мин.	2 раза в год – 20 мин.	2 раза в год – 30 мин.	2 раза в год 30-40 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			

