

УТВЕРЖДЕНО:  
 Директор ЧОУ «Образовательный  
 комплекс «Точка будущего»  
 \_\_\_\_\_ М.П. Астраханцев

### Режим дня

Режим на холодный и теплый период времени года составлен в соответствии с требованиями СанПиН.

Детский сад работает с 7 до 19 часов (12-часовой режим работы) с понедельника по пятницу.

### Примерный режим дня на холодный период

Содержание деятельности	Временной интервал			
	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
<b>Прием детей.</b> Фильтр здоровья. Беседа с родителями. Установление контакта с ребенком. Общение, Самостоятельная деятельность детей.	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00-8.00
<b>Утренняя гимнастика</b>	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.20-8.30
<b>Завтрак.</b> (образовательная деятельность в режимных моментах – формирование КГН)	8.15 – 8.45	8.20 – 8.45	8.25 – 8.50	8.30-8.50
Утренний круг: запуск темы дня (на основе сказочной метафоры), планирование, Игры, подготовка к совместной образовательной деятельности	8.45 – 9.00	8.45- 9.00	8.50- 9.00	8.50-9.00
<b>Занятия:</b> участия в различных видах деятельности в игровой форме.	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40 (по подгр.)	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50 (по подгр.)	9.00 – 9.25 9.35 10.00 10.20-10.45	9.00-9.30 9.40-10.10 10.30-10.55
<b>Второй завтрак</b>	9.40 -9.50	9.50 -10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
Посещение творческой мастерской, лабораторий.	9.55-10.20	10.05.-10.30	10.50-11.15	11.00-11.25
<b>Прогулка</b> Образовательная деятельность в режимных моментах: подвижные игры, самостоятельная деятельность, экскурсии и др. (при плохих погодных условиях – игровая деятельность в пространствах холла)	10.30-11.20	10.30 –12.10	11.20-12.10	11.25-12.25
Игры, самостоятельная деятельность	-	-	12.10-12.20	12.10-12.30
Подготовка к обеду, формирование КГН <b>Обед</b>	11.50 - 12.20	12.10– 12.30	12.20-12.40	12.30-12.50

Чтение сказок, восприятие музыки, перед дневным сном, подготовка ко сну	12.20 – 13.00	12.30 - 13.00	12.40-13.00	12.50-13.00
<b>Сон</b>	13.00 – 15.00	13.00 –15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Образовательная деятельность в режимных моментах: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, самомассаж, закаливающие процедуры. Подготовка к полднику	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
<b>Полдник</b>	15.30 – 15.45	15.30 –15.45	15.30-15.40	15.30-15.40
Совместная деятельность детей со взрослыми, самостоятельная деятельность детей, деятельность в творческих мастерских, сказочном (театральном) холле.	15.45 – 16.20	15.45 –16.10	15.40-16.10 (образовательная деятельность)	15.40-16.10 (образовательная деятельность)
Вечерний круг –подведение итогов дня, обмен впечатлениями.	16.20 – 16.30	16.10 – 16.20	16.10 - 16.25	16.10 – 16.25
Студийная деятельность	16.40- 17.00	16.30-17.05	16.35-17.10	16.35-17.15
Подготовка к ужину, КГН <b>Ужин</b>	17.10 – 17.30	17.15 -17.35	17.20-17.40	17.25-17.45
<b>Прогулка</b> Образовательная деятельность в режимных моментах: подвижные игры, самостоятельная деятельность и др.	17.40-18.10	17.45-18.15	17.50-18.20	17.50-18.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, завершение творческих дел, совместная игровая деятельность взрослых и детей (спокойные игры, этюды, психогимнастика)  Самостоятельная деятельность детей - свободные игры, взаимодействие с семьями. уход домой.	18.10-19.00	18.15- 19.00	18.20-19.00	18.20-19.00

#### Примерный режим дня на теплый период

Содержание деятельности	Временной интервал			
	3-4 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
<b>Прием детей.</b> Фильтр здоровья. Беседа с родителями. Установление контакта с ребенком. Общение, Самостоятельная деятельность детей.	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
<b>Утренняя гимнастика</b>	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30
<b>Завтрак.</b> (образовательная деятельность в режимных моментах – формирование КГН)	8.15 – 8.45	8.20 – 8.45	8.25 – 8.50	8.30 – 8.50
Утренний круг: запуск темы дня (на основе сказочной метафоры), планирование.	8.45 – 9.00	8.45 –9.00	8.50 – 9.00	8.50– 9.00

Совместна игровая деятельность взрослых и детей, самостоятельная деятельность детей. При благоприятных погодных условиях деятельность организуется на свежем воздухе.	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10
<b>Второй завтрак</b>	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20
<b>Прогулка.</b> Образовательная деятельность в режимных моментах: подвижные игры, самостоятельная деятельность, экскурсии и др.  (при плохих погодных условиях – игровая деятельность в пространствах холла)	9.50 – 11.50	10.00 – 12.10	10.10 – 12.10	10.20 – 12.10
Игры, самостоятельная деятельность по мотивам актуальной сказочной метафоры	-	-	12.10 – 12.20	12.10 – 12.30
Подготовка к обеду, формирование КГН <b>Обед</b>	11.50 – 12.20	12.10 – 12.30	12.20 – 12.40	12.30 – 12.50
Чтение сказок, восприятие музыки, перед дневным сном, подготовка ко сну <b>Сон</b>	12.20 – 13.00	12.30 – 13.00	12.40 – 13.00	12.50 – 13.00
Образовательная деятельность в режимных моментах: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, самомассаж, закаливающие процедуры. Подготовка к полднику <b>Полдник</b>	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Образовательная деятельность в режимных моментах: постепенный подъем, гимнастика пробуждения, самомассаж, закаливающие процедуры. Подготовка к полднику	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30	15.00 – 15.30
<b>Полдник</b>	15.30 – 15.45	15.30 – 15.45	15.30 – 15.40	15.30 – 15.40
Совместна игровая деятельность взрослых и детей, самостоятельная деятельность детей в творческой мастерской. При благоприятных погодных условиях деятельность организуется на свежем воздухе.	15.45 – 16.20	15.45 – 16.10	15.40 – 16.10	15.40 – 16.10
Вечерний круг – подведение итогов дня, обмен впечатлениями.	10.20 – 16.30	16.10 – 16.20	16.10 – 16.25	16.10 – 16.25
<b>Прогулка.</b> Образовательная деятельность в режимных моментах: подвижные игры, самостоятельная деятельность и др.	16.30 – 17.15	16.20 – 17.20	16.25 – 17.25	16.25 – 17.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей, завершение творческих дел, совместная игровая деятельность взрослых и детей (спокойные игры, этюды, психогимнастика)	17.15 – 17.30	17.20 – 17.40	17.25 – 17.45	17.25 – 17.45
Подготовка к ужину, КГН <b>Ужин</b>	17.30 – 18.00	17.40 – 18.00	17.45 – 18.00	17.45 – 18.00
Самостоятельная деятельность детей - свободные игры, взаимодействие с семьями. уход домой.	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00	18.00 – 19.00

Режим дня в детском саду гибкий. Режим учитывает: плохую погоду, желание родителей приводить и забирать ребенка в удобное для них время, карантины и периоды

повышенной заболеваемости. Гибкий режим дня разрабатывается на основе системы быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию. Преобразовывая режим дня, основные компоненты (дневной сон, бодрствование, интервалы между приемами пищи, ночной сон и общее время прогулок) остаются неизменными.