

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад общеразвивающего
вида № 38» НМР РТ
 Р.А. Иванова
Вводит приказом № _____
от «___» _____ 20__ год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К РЕЖИМУ ДНЯ НА ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

Режим дня составлен в соответствии с документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; уставом детского сада, основной образовательной программой МБДОУ № 38 НМР РТ;
- Федеральный закон от 31.07.2020 №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся;
- Федеральный закон от 24.09.2022 №371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерство Просвещения РФ от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства Просвещения РФ, касающихся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограничительными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 25.11..2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Закон Республики Татарстан №44 от 27.07.2004 «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в ДОУ»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида №38» Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан.

В МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №38» НМР РТ функционирует 8 дошкольных групп:

- - первая группа раннего возраста (от 1 до 2 лет) – №2;
- - вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) – №4;
- - младшая группа (от 3 до 4 лет) - №5;
- - средняя группа (от 4 до 5 лет) - №7;
- - средняя группа (от 4 до 5 лет) - №10
- - старшая группа (от 5 до 6 лет) - №6;
- - старшая группа (от 5 до 6 лет) - №9;
- - подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) - №8;

В режимные моменты выносятся:

- в средних группах №7, 10 организуется два занятия по ознакомлению детей с татарским языком, которые проводятся в ходе режимных моментов;

- в старших группах №6, 9 организуется три занятия по ознакомлению детей с татарским языком. Два занятия в неделю проводятся по подгруппам в сетке ОД (за счет – физкультуры (на прогулке), которое проводится в ходе режимных моментов: математического развития, которое проводится в ходе режимных моментов), третье занятие – фронтальное - в режимных моментах;
- в подготовительной группе №8 организуется три занятия по ознакомлению детей с татарским языком. Два занятия в неделю проводятся по подгруппам в сетке ОД, третье занятие – фронтальное - в режимных моментах.

Режим двигательной активности

формы работы	виды занятий	количество и длительность занятий в зависимости от возраста детей					
		1–2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
физкультура	в помещении	игры – занятия по развитию движений 2 раза в неделю (8 мин)	3 раза в неделю (10 мин)	2 раза в неделю (15 мин)	2 раза в неделю (20 мин)	2 раза в неделю (25 мин)	2 раза в неделю (30 мин)
	на улице	-	-	1 раз в неделю (15 мин)	1 раз в неделю (20 мин)	1 раз в неделю (25 мин)	1 раз в неделю (30 мин)
физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно (10 мин)	ежедневно (10 мин)	ежедневно (10 мин)	ежедневно (10 мин)	ежедневно (10 мин)	ежедневно (10 мин)
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно (8 мин)	ежедневно (10 мин)	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (20-25 мин)	ежедневно (25-30 мин)	ежедневно (30-40 мин)
	закаливающие процедуры и гимнастика после сна	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (15-20 мин)	ежедневно (15-20 мин)
	физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий (3-5 мин)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий (3-5 мин)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий (3-5 мин)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий (3-5 мин)
активный отдых	физкультурный досуг	-	-	1 раз в месяц (15 мин)	1 раз в месяц (20 мин)	1 раз в месяц (30-45 мин)	1 раз в месяц (40 мин)
	физкультурный праздник	-	-	-	2 раза в год (до 45 минут)	2 раза в год (до 60 минут)	2 раза в год (до 60 минут)
	день здоровья	-	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

В объем двигательной активности (не менее 1 часа в день) включается работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций: закаливание, прогулка, оздоровительные процедуры после дневного сна, занятия по физическому развитию, соблюдение двигательного режима (табл. 2)

на холодный период 2025 - 2026 учебного года

Вид деятельности		I группа раннего возраста		II группа раннего возраста		Младшая группа		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная группа**	
		Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность	Время	Длительность
Прием и осмотр, игры, дежурство		6.00-7.15	1 час 15 мин	6.00-7.15	1 час 15 мин	6.00-7.20	1 час 20 мин	6.00-7.20	1 час 20 мин	6.00-7.30	1 час 30 мин	6.00-7.30	1 час 30 мин
Утренняя гимнастика		7.15-7.25	10 мин	7.15-7.25	10 мин	7.20-7.30	10 мин	7.30-7.40	10 мин	7.30-7.40	10 мин	7.40-7.50	10 мин
Подготовка к завтраку, завтрак		7.25-8.00	35 мин	7.25-8.00	35 мин	7.30-8.00	30 мин	7.40-8.10	30 мин	7.40-8.00	20 мин	7.50-8.10	20 мин
Утренний круг		8.00-8.10	10 мин	8.00-8.10	10 мин	8.00-8.10	10 мин	8.10-8.20	10 мин	8.00-8.10	10 мин	8.10-8.20	10 мин
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД		8.10-8.30	20 мин	8.10-8.30	20 мин	8.10-8.30	10 мин	8.20-8.30	10 мин	8.10-8.25	15 мин	8.20-8.30	10 мин
Организованная образовательная деятельность		8.30-9.00	30 мин	8.30-9.00	30 мин	8.30-9.10	40 мин	8.30-9.20	50 мин	8.25-10.00	1 час 35 мин	8.30-10.30	2 часа
Второй завтрак		9.00-9.15	15 мин	9.00-9.15	15 мин	9.10-9.20	10 мин	8.50-9.00	10 мин	8.50-9.00	10 мин	9.00-9.10	10 мин
Подготовка к прогулке		9.15-9.40	25 мин	9.15-9.40	25 мин	9.20-9.30	10 мин	9.20-9.30	10 мин	10.00-10.10	10 мин	10.30-10.40	10 мин
Прогулка, возвращение с прогулки		9.40-11.05	1 час 25 мин	9.40-11.05	1 час 25 мин	9.30-11.10	1 час 40 мин	9.30-11.20	1 час 50 мин	10.10-11.25	1 час 15 мин	10.40-11.40	1 час
Подготовка к обеду		11.05-11.25	10 мин	11.05-11.25	10 мин	11.10-11.30	20 мин	11.20-11.40	20 мин	11.25-11.40	15 мин	11.40-11.50	10 мин
Обед		11.25-11.50	25 мин	11.25-11.50	25 мин	11.30-12.00	30 мин	11.40-12.00	20 мин	11.40-12.00	20 мин	11.50-12.10	20 мин
Подготовка ко сну, сон		11.50-14.50	3 часа	11.50-14.50	3 часа	12.00-14.30	2 часа 30 мин	12.00-14.30	2 часа 30 мин	12.00-14.30	2 часа 30 мин	12.10-14.40	2 часа 30 мин
Постепенный подъем, физкультурно - оздоровительные процедуры		14.50-15.00	10 мин	14.50-15.00	10 мин	14.30-14.40	10 мин	14.30-14.40	10 мин	14.30-14.40	10 мин	14.40-14.50	10 мин
Игры, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа Организованная образовательная деятельность, дополнительное образование		15.00-15.25	25 мин	15.00-15.25	25 мин	14.40-15.30	50 мин	14.40-15.40	1 час	14.40-15.25	55 мин	14.50-15.30	40 мин
Чтение художественной литературы		-		-		16.00-16.10	10 мин	16.00-16.10	10 мин	15.25-15.40	15 мин	15.30-15.50	20 мин
Подготовка к уплотнённому полднику, уплотнённый полдник		15.25-15.55	30 мин	15.25-15.55	30 мин	15.30-16.00	30 мин	15.40-16.00	20 мин	15.40-16.00	20 мин	15.50-16.05	15 мин
Вечерний круг		15.55-16.05	10 мин	15.55-16.05	10 мин	16.10-16.20	10 мин	16.10-16.20	10 мин	16.00-16.10	10 мин	16.05-16.15	10 мин
Игры, совместная деятельность		16.05-16.20	15 мин	16.05-16.20	15 мин	16.20-16.30	10 мин	16.20-16.30	10 мин	16.10-16.25	15 мин	16.15-16.25	10 мин
Вечерняя прогулка, игры, уход детей домой		16.20-18.00	1 час 40 мин	16.20-18.00	1 час 40 мин	16.30-18.00	1 час 30 мин	16.30-18.00	1 час 30 мин	16.25-18.00	1 час 35 мин	16.25-18.00	1 час 35 мин
Общий подсчет	Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, в том числе продолжительность	16 мин		20 мин		30 мин		40 мин		1 час 15 мин		1 час 30 мин	

	образовательной деятельности В неделю		1 ч 40 мин				
		1 ч 20 мин		2 ч 30 мин	3 ч 20 мин	5 ч 00 мин	
	Продолжительность прогулок*	3 часа 20 мин	3 часа 20 мин	3 часа 15 мин	3 часа 5 мин	3 часа 5 мин	3 часа
	Продолжительность дневного сна	3 часа	3 часа	2 часа 45 мин	2 часа 40 мин	2 часа 30 мин	2 часа 30 мин
	Самостоятельная деятельность детей	5 часа 24 мин	5 часов 20 мин	5 часов 30 мин	6 часа 25 мин	5 часов 10 мин	5 часов
Итого		12 часов	12 часов	12 часов	12 часов	12 часов	12 часов

* В продолжительность прогулок включается утренний прием на воздухе, время основной прогулки - по режиму, время вечерней прогулки.

** В группе №8 в понедельник прогулка с 8.30 до 9.30, второй завтрак с 9.40- 9.50.

Режим дня МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №38» НМР РТ на холодный период составлен в соответствии с Образовательной программой МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №38» НМР РТ, СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", раздел VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»