


муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска

«Детский сад № 184 «Искорка» (МКДОУ д/с № 184)

Фасадная ул., д.6, Новосибирск, 630096; тел/факс 340-34-66; ds_184@edu54.ru

ОКПО 50753124; ОГРН 1035401480949; ИНН/КПП 5404154380/540401001

ПРИНЯТ:
На педагогическом совете
МКДОУ д/с № 184
Протокол № 1
от 31 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ д/с № 184

С.И. Нестерова
« 31 » 08 2023 г.

**Режим дня и расписание занятий
в МКДОУ д/с № 184
на 2023-2024 учебный год**

Новосибирск 2023г.

Пояснительная записка
к режиму дня на 2023 - 2024 учебный год

Дошкольное образовательное учреждение МКДОУ д/с № 184 функционирует в режиме:

- полного дня (12-часового пребывания);
- пятидневная рабочая неделя;
- часы работы – с 7 до 19.00;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

– Правильно построенный режим дня предполагает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна в течение суток, целесообразно сочетание различных видов деятельности и отдыха в процессе бодрствования.

– Режим способствует нормальному функционированию внутренних органов, физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное, бодрое состояние ребенка, предохраняет нервную систему от переутомления, создает благоприятные условия своевременного развития, формирует способность к адаптации к новым условиям.

– Все возрастные группы работают по двум временным (сезонным) режимам: на теплый и холодный периоды года.

– В период летнего оздоровительного периода в МКДОУ действует оздоровительный режим, предполагающий увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе.

– Ежедневно в летний период и в остальное время года при позволяющих погодных условиях прием детей осуществляется на свежем воздухе.

Основные принципы построения режима дня:

– режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;

– режим дня учитывает психофизиологические особенности дошкольника (в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня);

– организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года, контроль за выполнением режима дня в МКДОУ осуществляет медицинская сестра.

Организация сна

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа. По гигиеническим нормативам дети в возрасте от одного года до трех лет должны спать днем 3 часа, а дети четырех – семи лет – 2,5 часа (СанПиН 1.2.3685-21). Перед сном подвижные эмоциональные игры не проводятся.

При организации сна учитываются следующие правила:

– В момент подготовки детей ко сну обстановка должна быть спокойной, шумные игры исключаются за 30 мин до сна.

- Спальню (помещение) перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3-5 градусов.
- Допускаются такие граничные показатели: спальная варьируется в рамках 18-22, но лучше всего – 22 градуса. Игровая: в пределах 21-24, самая оптимальная – 24 градуса.
- Во время сна детей присутствие воспитателя (или младшего воспитателя) в помещении обязательно.
- Не допускается хранение в местах нахождения воспитанников лекарств и дезинфицирующих растворов.
- Необходимо правильно разбудить детей; дать возможность 5-10 минут полежать, но не задерживать их в постели.

Организация прогулки

В соответствии с требованиями СанПиН (1.2.3685-21) ежедневная продолжительность прогулки детей в ДОУ составляет около 3 - 4 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой.

На утреннюю прогулку отводится больше времени – 2 часа, на вечернюю прогулку меньше – 1 час.

Утренний прием детей летом осуществляется на свежем воздухе. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет – при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

При сильном ветре и неблагоприятных условиях прогулка сокращается. Если на улице днем больше 28–30 °С, прогулка сдвигается на более раннее время, чтобы в самую жару уйти в помещение.

Температурный режим

Контроль за формированием комфортных условий для отдыха и развития детей ложится на плечи воспитателей, которые должны следить за надлежащим проведением уборок и подготовкой игровых и спальных к приему детей. Так, кроме соблюдения температурного режима, обязательно контролировать влажность воздуха и проветривание помещений.

По СанПин проветриванию подлежат все комнаты, в которых играют, занимаются или отдыхают малыши. И проводится процедура согласно таким нормам:

- минимум два раза в день по максимум 30 минут с формированием сквозняка, но при отсутствии детей;
- заканчивается за полчаса до прихода воспитанников;
- одностороннее, в присутствии малышей и только в жаркую, сухую погоду.

На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.

Режим дня может меняться в зависимости от направленности групп, возрастной категории детей.

При составлении режима дня (теплый, холодный периоды года) учитываются:

– Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующим до 1 марта 2027 г. (далее – Гигиенические нормативы), и Санитарные правила СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (далее – Санитарно-эпидемиологические требования).

– Примерный режим и распорядок дня ФОП ДО.

Примерный гибкий режим дня (Холодный период года)

Режимные моменты	1,6-3	3-4	4-5	5-6	6-7
Прием детей, самостоятельная деятельность, речевая гимнастика	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.00-8.30	8.10-8.40	8.20-8.45	8.30-8.50
Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00	8.25-9.00	8.40-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями)	9.00-9.30	9.00-9.45	9.00-10.00	9.00-10.30	9.00-10.40
Самостоятельная деятельность	9.30-9.40	9.45-9.50	10.00-10.10	10.30-10.45	10.40-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.40-11.20	9.50-11.35	10.10-12.00	10.45-12.10	10.55-12.15
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.35	11.35-11.45	12.00-12.10	12.10-12.20	12.15-12.30
Обед	11.35-12.00	11.45-12.10	12.10-12.40	12.20-12.35	12.30-12.45
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.00-15.00	12.10-12.20	12.40-12.50	12.35-12.50	12.45-12.50
Дневной сон		12.20-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.30
Полдник	15.10-15.20	15.15-15.30	15.20-15.35	15.25-15.30	15.30-15.45
Самостоятельная деятельность	15.20-15.30	15.30-15.45	15.35-15.45	15.35-15.45	
Игры, занятия, чтение художественной литературы	15.30-16.05	15.45-16.05	15.45-16.05	15.45-16.15	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.05-18.00	16.05-18.05	16.05-18.10	16.15-18.20	16.15-18.25
Самостоятельная деятельность, подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30	18.05-18.30	18.10-18.30	18.20-18.40	18.25-18.50
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.40-19.00	18.50-19.00

Примерный гибкий режим дня (Теплый период года)

Режимные моменты	1,6-3	3-4	4-5	5-6	6-7
Прием детей, самостоятельная деятельность	7.00-7.50	7.00-7.55	7.00-8.00	7.00-8.10	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	7.50-8.00	7.55-8.05	8.00-8.10	8.10-8.20	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.20	8.05-8.25	8.10-8.20	8.20-8.40	8.30-8.45
Самостоятельная деятельность, игры	8.20-9.20	8.25-9.50	8.20-10.00	8.40-10.45	8.45-10.55
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.20-11.20	9.50-11.25	10.00-12.00	10.45-12.10	10.55-12.15
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30-11.00
Самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20-11.35	11.35 -11.45	12.00-12.10	12.10-12.20	12.15-12.30
Обед	11.35-12.00	11.45-12.10	12.10-12.40	12.20-12.35	12.30-12.45
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.00-15.00	12.10-12.20	12.40-12.50	12.35-12.50	12.45-12.50
Дневной сон		12.20-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.30
Полдник	15.10-15.20	15.15-15.30	15.20-15.35	15.25-15.30	15.30-15.45
Игры, самостоятельная деятельность	15.20-16.05	15.30-16.05	15.35-16.05	15.30-16.15	15.45-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	16.05-18.00	16.05-18.05	16.05-18.10	16.15-18.20	16.15-18.25
Самостоятельная деятельность, подготовка к ужину, ужин	18.00-18.30	18.05-18.30	18.10-18.30	18.20-18.40	18.25-18.50
Самостоятельная деятельность, игры, уход домой	18.30-19.00	18.30-19.00	18.30-19.00	18.40-19.00	18.50-19.00

Сетка занятий

Группа № 1 «Подсолнушки» (Группа общеразвивающей направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1.Музыка 2.Основы науки и естествознания	9.15-9.25 9.35-9.45
Вторник	1.Речевое развитие 2.Физическая культура	9.00-9.10 9.20-9.30
Среда	1. Музыка 2.ФЭМП	9.15-9.25 9.35-9.45
Четверг	1.Рисование 2.Физическая культура	9.00-9.10 9.20-9.30
Пятница	1.Лепка/Конструирование 2.Физическая культура	9.00-9.10 9.20-9.30

Сетка Занятий

Группа № 2 «Земляничка» (Группа общеразвивающей направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания 2. Физическая культура	9.00-9.15 9.25-9.40
Вторник	1. Музыка 2. Речевое развитие/подготовка к обучению грамоте 3. Организация плавания	9.15-9.30 9.40-9.55 11.00-11.30
Среда	1. Физическая культура 2. Лепка/Аппликация	9.00-9.15 9.30-9.45 15.30-15.45
Четверг	1. ФЭМП 2. Организация плавания	9.00-9.15 9.30-10.00
Пятница	1. Музыка 2. Рисование	9.15-9.30 9.40-9.55

Сетка занятий

Группа № 3 «Солнышко»

(Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания	9.00-9.25
	2. Рисование (народное декоративно-прикладное искусство)	9.35-10.00
	3. Организация плавания	15.00-15.30
Вторник	1.Обучение грамоте	9.00-9.25
	2.Музыка	10.30-10.55
Среда	1.ФЭМП	9.00-9.25
	2.Рисование	9.35-10.00
	3. Физическая культура	10.10-10.35
Четверг	1.Речевое развитие	9.00-9.25
	2.Лепка/Аппликация/Ручной труд	9.35-10.00
	3.Физическая культура	10.30-10.55
Пятница	1.ФЭМП	9.00-9.25
	2. Музыка	10.05-10.30
	3. Организация плавания	15.00-15.30

Сетка занятий

Группа № 4 «Смешарики»

(Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Речевое развитие	9.00-9.25
	2. Музыка	10.10-10.35
	3. Организация плавания	15.30-16.00
Вторник	1. ФЭМП	9.00-9.25
	2. Физическая культура	10.00-10.25
	3. Лепка/Аппликация/Ручной труд	15.30-15.55
Среда	1. Обучение грамоте	9.00-9.25
	2. Основы науки и естествознания	9.35-10.00
	3. Музыка	11.00-11.25
Четверг	1. ФЭМП	9.00-9.25
	2. Рисование	9.35-10.00
	3. Организация плавания	11.00-11.30
Пятница	1. Физическая культура	9.00-9.25
	2. Рисование (народное декоративно-прикладное искусство)	9.35-10.00

Сетка занятий

Группа № 5 «Веселая радуга»

(Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Обучение грамоте	9.00-9.25
	2. Рисование (народное декоративно-прикладное искусство)	9.35-10.00
	3. Музыка	10.10-10.35
Вторник	1. Речевое развитие	9.00-9.25
	2. Организация плавания	9.30-10.00
	3. Лепка/Аппликация/Ручной труд	10.10-10.35
Среда	1. ФЭМП	9.00-9.25
	2. Музыка	10.00-10.25
	3. Организация плавания	15.00-15.30
Четверг	1. Физическая культура	9.00-9.25
	2. Основы науки и естествознания	9.35-10.00
	3. Рисование	10.10-10.35
Пятница	1. ФЭМП	9.00-9.25
	2. Физическая культура	10.00-10.25

Сетка занятий

Группа № 6 «Колобок»
(Группа ЗПР)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания	9.00-9.20
	2. Музыка	9.45-10.05
Вторник	1. Речевое развитие/ подготовка к обучению грамоте	9.00-9.20
	2. Лепка/Аппликация/Ручной труд	9.30-9.50
	3. Организация плавания	10.30-11.00
Среда	1. Музыка	9.00-9.20
	2. Физическая культура	9.45-10.05
Четверг	1. Организация плавания	9.00-9.30
	2. Рисование	9.40-10.00
Пятница	1. ФЭМП	9.00-9.20
	2. Физическая культура	9.30-9.50

Сетка занятий

Группа № 7 «Звонкий ручеек»
(Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания 2. Физическая культура	9.00-9.20 10.10-10.30
Вторник	1. Речевое развитие/ подготовка к обучению грамоте 2. Музыка	9.00- 9.20 10.05-10.25
Среда	1.ФЭМП 2.Организация плавания	9.00-9.20 15.30-16.00
Четверг	1. Лепка/Аппликация/Ручной труд 2.Организация плавания	9.00-9.20 10.30-11.00
Пятница	1.Рисование 2. Музыка 3.Физическая культура	9.00-9.20 9.40-10.00 10.20-10.40

Сетка занятий

Группа № 8 «Звездочки» (Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания 2. Музыка 3. Организация плавания	9.00-9.25 10.40-11.05 16.00-16.30
Вторник	1. Физическая культура 2. Речевое развитие 3. Рисование	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35
Среда	1. ФЭМП 2. Обучение грамоте 3. Музыка	9.00-9.25 9.35-10.00 10.30-10.55
Четверг	1. Физическая культура 2. Рисование (народное декоративно-прикладное искусство)	9.30-9.55 10.05-10.30
Пятница	1. ФЭМП 2. Лепка/Аппликация/Ручной труд 3. Организация плавания	9.00-9.25 9.35-10.00 16.00-16.30

Сетка занятий

Группа № 9 «Лесная полянка»

(Группа комбинированной направленности)

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Физическая культура 2. Основы науки и естествознания 3. Речевое развитие	9.00-9.25 9.35-10.00 10.10-10.35
Вторник	1.ФЭМП 2. Рисование (народное декоративно-прикладное искусство) 3.Музыка	9.00-9.25 9.35-10.00 11.00-11.25
Среда	1.Обучение грамоте 2.Лепка/Аппликация/Ручной труд 3.Организация плавания	9.00-9.25 9.35-10.00 16.00-16.30
Четверг	1. Рисование 2.Физическое развитие	9.00-9.25 10.00-10.25
Пятница	1.ФЭМП 2.Музыка 3.Организация плавания	9.00-9.25 11.00-11.25 15.30-16.00

Сетка занятий

**Группа № 10 «Веселые ребята»
(Группа оздоровительной направленности)**

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания 2. Физическая культура	9.00-9.20 9.50-10.10
Вторник	1. Организация плавания 2. Музыка	9.00-9.30 9.40-10.00
Среда	1. Физическая культура 2. Рисование	9.20-9.40 9.50-10.10
Четверг	1. ФЭМП 2. Лепка/Аппликация 3. Организация плавания	9.00-9.20 9.30-9.50 10.00-10.30
Пятница	1. Речевое развитие (подготовка к обучению грамоте) 2. Музыка	9.00-9.20 10.35-10.55

Сетка занятий

**Группа № 11 «Колокольчики»
(Группа оздоровительной направленности)**

День недели	ОД	Время
Понедельник	1. Основы науки и естествознания 2. Музыка	9.00-9.10 9.30-9.40
Вторник	1. Речевое развитие 2. Физическая культура	9.00-9.10 9.20-9.30
Среда	1. ФЭМП 2. Музыка	9.00-9.10 9.30-9.40
Четверг	1. Рисование 2. Физическая культура	9.10-9.20 9.20-9.30
Пятница	1. Лепка/Конструирование 2. Физическая культура	9.00-9.10 9.20-9.30

**Расписание занятий по музыкальному развитию «Музыка»
на 2023-2024 учебный год**

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 1	9.15-9.25		9.25-9.35	Методический день (написание сценариев, подбор произведений и музыкальных игр)	
№ 2		9.15-9.30			9.15-9.30
№ 3		10.30-10.55			10.05-10.30
№ 4	11.10-11.35		11.00-11.25		
№ 5	10.10-10.35		10.00-10.25		
№ 6	9.45-10.05		9.00-9.20		
№ 7		10.05-10.25			9.40-10.00
№ 8	10.40-11.05		10.30-10.55		
№ 9		11.00-11.25			11.00-11.25
№ 10		9.40-10.00			10.35-10.55
№ 11	9.30-9.40		9.40-9.50		

Каждое восьмое занятие месяца, музыкальная деятельность с элементами театрализации

Музыкальный руководитель: Кикина Наталья Анатольевна

Расписание
ОРГАНИЗАЦИЯ ПЛАВАНИЯ
на 2023-2024 учебный год

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 1					
№ 2		11.00- 11.30		9.30- 10.00	
№ 3	15.00-15.30				15.00- 15.30
№ 4	15.30-16.00			11.00- 11.30	
№ 5		9.30- 10.00	15.00- 15.30		
№ 6		10.30- 11.00		9.00-9.30	
№ 7			15.30- 16.00	10.30- 11.00	
№ 8	16.00-16.30				16.00- 16.30
№ 9			16.00- 16.30		15.30- 16.00
№ 10		9.00-9.30		10.00- 10.30	
№ 11					

Инструктор по плаванию: Кислова Ульяна Борисовна

Расписание утренней гимнастики

в МКДОУ д/с № 184

на 2023-2024 учебный год

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 1	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)
№ 2	7.55-8.05 (гр)	7.55-8.05 (гр)	7.55-8.05 (гр)	7.55-8.05 (гр)	7.55-8.05 (гр)
№ 3	8.00-8.10 (с/з)	8.00-8.10 (с/з)	8.00-8.10 (с/з)	8.00-8.10 (с/з)	8.00-8.10 (с/з)
№ 4	8.10-8.20 (с/з)	8.10-8.20 (с/з)	8.10-8.20 (с/з)	8.10-8.20 (с/з)	8.10-8.20 (с/з)
№ 5	7.50-8.00 (с/з)	7.50-8.00 (с/з)	7.50-8.00 (с/з)	7.50-8.00 (с/з)	7.50-8.00 (с/з)
№ 6	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)
№ 7	8.00-8.10 (м/з)	8.00-8.10 (м/з)	8.00-8.10 (м/з)	8.00-8.10 (м/з)	8.00-8.10 (м/з)
№ 8	8.10-8.20(м/з)	8.10- 8.20(м/з)	8.10- 8.20(м/з)	8.10- 8.20(м/з)	8.10- 8.20(м/з)
№ 9	8.20-8.30(м/з)	8.20- 8.30(м/з)	8.20- 8.30(м/з)	8.20- 8.30(м/з)	8.20- 8.30(м/з)
№ 10	7.50-8.00 (м/з)	7.50-8.00 (м/з)	7.50-8.00 (м/з)	7.50-8.00 (м/з)	7.50-8.00 (м/з)
№ 11	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)	7.50-8.00 (гр)

**Инструктор по физ. воспитанию: Балахонцева Евгения
Александровна**

**Расписание занятий по физическому развитию «Физическая культура»
в МКДОУ д/с № 184 на 2023-2024 учебный год**

№ группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 1		9.20-9.30 (гр)		9.20-9.30 (гр)	9.20-9.30(гр)
№ 2	9.25-9.40		9.00-9.15		
№ 3		11.25-11.50 двигательная активность на улице	10.10-10.35	10.30-10.55	
№ 4		10.00-10.25	11.50-12.15 двигательная активность на улице		9.00-9.25
№ 5	11.25-11.50 двигательная активность на улице			9.00-9.25	10.00-10.25
№ 6	11.00-11.20 двигательная активность на улице		9.45-10.05		9.30-9.50
№ 7	10.10-10.30	11.00-11.20 двигательная активность на улице			10.20-10.40
№ 8		9.00-9.25	11.20-11.45 двигательная активность на улице	9.30-9.55	
№ 9	9.00-9.25	11.55-12.20 двигательная активность на улице		10.00-10.25	
№ 10	9.50-10.10		9.20-9.40		11.20-11.40 двигательная активность на улице
№ 11		9.20-9.30(гр)		9.20-9.30(гр)	9.20-9.30(гр)

Инструктор по физ. воспитанию: Балахонцева Евгения Александровна