

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 25»**

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим советом МДОУ  
«Детский сад № 25»  
(протокол № 1 от 27.08.2024г.)

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом заведующего МДОУ «Детский сад № 25»  
№02-03/1-37 от 28.08.2024г  
Заведующий \_\_\_\_\_ Е.Е.Безрукова



**РЕЖИМ И РАСПОРЯДОК ДНЯ В МДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 25»  
на 2024-2025 учебный год**

***Организация распорядка и режима дня воспитанников***

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься незначительные изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, особенностей организации образовательной деятельности.

Содержание Программы реализуется при пятидневной рабочей неделе с выходными днями: суббота, воскресенье и праздничные дни и рассчитано на 12-ти часовое пребывание детей в дошкольном учреждении. Режим дня для детей предусматривает их разнообразную деятельность в течение всего дня в соответствии с интересами, с учетом времени года, возраста детей, а также состояния их здоровья. Такой режим обеспечивает жизнеспособность и функциональную деятельность различных органов, создает условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, даёт возможность педагогам раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка.

Режим и распорядок дня устанавливаются с учетом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность, самостоятельная деятельность, прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Режим дня является преимущественно гибким, однако неизменными остаются время приема пищи, интервалы между приемами пищи, обеспечение необходимой длительности суточного сна, время отхода ко сну; проведение ежедневной прогулки.

При организации режима предусмотрено оптимальное чередование самостоятельной детской деятельности и организованных форм работы с детьми, коллективных и индивидуальных игр, достаточная двигательная активность ребенка в течение дня, сочетание умственной и физической нагрузки.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Режим дня строится с учетом сезонных изменений. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. В теплый период года увеличивается ежедневная

длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21. при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°С для детей до 4 лет, ниже -20°С для детей 5 – 7 лет. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

В течение учебного года (январь, июнь-август) для воспитанников организуются каникулы, во время которых проводятся мероприятия по направлениям воспитательной работы.

### ***Особенности организации режимных моментов***

При осуществлении режимных моментов в детском саду учитываются индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Прием пищи. Важно помнить, что дети едят с разной скоростью, поэтому надо дать им возможность принимать пищу в своем темпе. Недопустимо, чтобы дети сидели за столом в ожидании еды или после ее приема — это способствует утомлению.

Прогулка. Прогулка является надежным средством укрепления здоровья детей и профилактики утомления. Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. Ежедневно следует проводить утреннюю гимнастику. Недопустимо сокращать время прогулок; воспитатель должен обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневное чтение. В режиме дня целесообразно выделить постоянное время ежедневного чтения детям. Читать следует не только художественную литературу, но и познавательные книги, детские иллюстрированные энциклопедии, рассказы для детей по истории и культуре родной страны и зарубежных стран. При этом нельзя превращать чтение в занятие — у ребенка всегда должен быть выбор: слушать или заниматься своими делами. Задача педагога — сделать процесс чтения увлекательным и интересным для всех детей.

Дневной сон. Правильное чередование сна и бодрствования способствует нормальной психической деятельности, особенно в дошкольном возрасте. Быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют разнообразная активная деятельность детей во время бодрствования; спокойные занятия, снимающие перевозбуждение, перед отходом ко сну. В помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку. Постоянный приток свежего воздуха в спальное помещение также способствует спокойному и глубокому сну.

В детском саду необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала следует осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей. При проведении закаливающих мероприятий нужно осуществлять дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные возможности.

Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки. В помещении следует обеспечивать оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

**Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня**

| <b>Показатель</b>  | <b>Возраст</b>     | <b>Норматив</b>  |
|--|--------------------|--|
| <b>Требования к организации образовательного процесса</b>  |                    |  |
| Начало занятий не ранее  | все возрасты       | 8.00   |
| Окончание занятий не позднее   | все возрасты       | 17.00  |
| Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста не более                                    | от 1,5 до 3 лет    | 10 минут   |
|  | от 3 до 4 лет      | 15 минут   |
|  | от 4 до 5 лет      | 20 минут   |
|  | от 5 до 6 лет      | 25 минут   |
|  | от 6 до 7 лет      | 30 минут   |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста не более | от 1,5 до 3 лет    | 20 минут   |
|  | от 3 до 4 лет      | 30 минут   |
|  | от 4 до 5 лет      | 40 минут   |
|  | от 5 до 6 лет      | 50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна |
|  | от 6 до 7 лет      | 90 минут   |
| Продолжительность перерывов между занятиями не менее   | все возрасты       | 10 минут   |
| Перерыв во время занятий для гимнастики не менее   | все возрасты       | 2-х минут  |
| <b>Показатели организации режима дня</b>   |                    |  |
| Продолжительность ночного сна не менее   | 1 - 3 года         | 12 часов   |
|  | 4 - 7 лет          | 11 часов   |
| Продолжительность дневного сна не менее  | 1 - 3 года         | 3 часа   |
|  | 4 - 7 лет          | 2,5 часа   |
| Продолжительность прогулок не менее  | для детей до 7 лет | 3 часа в день  |
| Суммарный объем двигательной активности не менее   | все возрасты       | 1 час в день   |
| Утренний подъем не ранее   | все возрасты       | 7 ч 00 минут   |
| Утренняя зарядка, продолжительность не менее   | до 7 лет           | 10 минут   |

Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения:

| <b>Продолжительность либо время нахождения ребенка в организации</b> | <b>Количество обязательных приемов пищи</b>  |
|--|--|
| до 5 часов   | 2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации) |
| 8 - 12 часов   | завтрак, второй завтрак, обед и полдник  |

## ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

### Организация режима дня детей от 1,5 до 2 лет

| <i>Режимные моменты</i>   | <i>Холодный период</i> | <i>Тёплый период</i>  |
|---|------------------------|---|
| Приём детей, свободная игра   | 7.00-8.10              | 07.00 – 08.10<br><i>(на воздухе)</i>                                  |
| Утренняя гимнастика   | 8.05-8.10              |   |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.10-8.40              | 8.10-8.40   |
| Игровая деятельность  | 8.40-9.10              | 9.00 – 11.35<br><i>(на воздухе)</i><br>Второй завтрак:<br>10.00-10.10 |
| Игры, занятия, занятия со специалистами                                     | 9.10-9.30              |   |
| Второй завтрак  | 9.20-9.40              |   |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 9.40-11.35             | 11.35 – 12.05   |
| Подготовка к обеду, обед  | 11.35-12.05            | 11.35 – 12.05   |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, чтение перед сном               | 12.05-12.30            | 12.05-12.30   |
| Дневной сон   | 12.30-15.30            | 12.30-15.30   |
| Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.30-15.40            | 15.30 – 15.40   |
| Игры, дополнительные занятия  | 15.40-16.00            | 15.40-16.00   |
| Подготовка к полднику, уплотнённый полдник                                  | 16.00-16.30            | 16.00-16.30   |
| Игры, предметная деятельность   | 16.30-16.40            | 16.30 – 19.00<br><i>(на воздухе)</i>                                  |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 16.40-19.00            |   |
| Уход детей домой  | 18.30-19.00            |   |

| <i>Вид деятельности</i>  | <i>Время в режиме дня</i> | <i>Длительность</i> | <i>Общий подсчет времени</i> | <i>на образовательную деятельность</i>   | <i>до 20 мин. в день</i>   |  |  |                     |
|--|---------------------------|---------------------|------------------------------|--|--|--|--|---------------------|
| Самостоятельная игровая деятельность                           | 7.00 – 8.10               | 2ч. 10мин.          |                              | <i>Общий подсчет времени</i>   | <i>на прогулку</i>   | <i>4 ч. 15мин.</i>   |  |                     |
|  | 8.40 – 9.10               |                     |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 15.20 – 16.00             |                     |                              |  |  |  |  |                     |
| Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры | 8.05 – 8.10               | 50мин.              |                              |  | <i>Общий подсчет времени</i>   | <i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i> | <i>2 ч. 10 мин.</i>  |                     |
|  | 12.05 – 12.30             |                     |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 15.00 – 15.20             |                     |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 8.10-8.40                 |                     |                              |  |  |  |  |                     |
| Приём пищи   | 9.20 – 9.40               | 1ч. 40 мин.         | <i>Общий подсчет времени</i> | <i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i> |  | <i>2 ч. 10 мин.</i>  |  |                     |
|  | 11.35-12.05               |                     |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 16.00-16.30               |                     |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 9.10-9.30                 |                     |                              |  |  |  |  |                     |
| Совместная образовательная деятельность                        | 9.10-9.30                 | 10-20 мин.          |                              | <i>Общий подсчет времени</i>   | <i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i> | <i>2 ч. 10 мин.</i>  |  |                     |
| Прогулка   | 9.40-11.35                | 4 ч.15мин.          |                              |  |  |  |  |                     |
|  | 16.40-19.00               |                     |                              |  |  |  |  |                     |
| Дневной сон  | 12.30 – 15.30             | 3ч.                 | <i>Общий подсчет времени</i> |  |  |  | <i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i> | <i>2 ч. 10 мин.</i> |

**Организация режима дня детей от 2 до 3 лет**

| <i>Режимные моменты</i>   | <i>Холодный период</i> | <i>Тёплый период</i> |
|---|------------------------|----------------------|
| Приём детей, свободная игра   | 7.00-8.10              | 07.00 – 08.10        |
| Утренняя гимнастика   | 8.05-8.10              | (на воздухе)         |
| Подготовка к завтраку, завтрак  | 8.10-8.40              | 8.10-8.40            |
| Игровая деятельность  | 8.40-9.10              | 9.00 – 11.35         |
| Игры, занятия, занятия со специалистами                                     | 9.10-9.30              | (на воздухе)         |
| Второй завтрак  | 9.20-9.40              | Второй завтрак:      |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 9.40-11.35             | 10.00-10.10          |
| Подготовка к обеду, обед  | 11.35-12.05            | 11.35 – 12.05        |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, чтение перед сном               | 12.05-12.20            | 12.05-12.20          |
| Дневной сон   | 12.20-15.20            | 12.20-15.00          |
| Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.00-15.20            | 15.00 – 15.20        |
| Игры, дополнительные занятия  | 15.20-16.00            | 15.20-16.00          |
| Подготовка к полднику, уплотнённый полдник                                  | 16.00-16.30            | 16.00-16.30          |
| Игры, дополнительные занятия, чтение  | 16.30-16.40            | 16.30 – 19.00        |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 16.40-19.00            | (на воздухе)         |
| Уход детей домой  | 18.30-19.00            |                      |

| <i>Вид деятельности</i>  | <i>Время в режиме дня</i>                              | <i>Длительность</i> | <i>Общий подсчет времени</i> | <i>на образовательную деятельность</i>   | <i>до 20 мин. в день</i> |
|--|--|---------------------|------------------------------|--|--------------------------|
| Самостоятельная игровая деятельность                           | 7.00 – 8.10<br>8.40 – 9.10<br>15.20 – 16.00            | 2ч. 10мин.          |                              | <i>на прогулку</i>   | <i>4 ч. 15мин.</i>       |
| Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры | 8.05 – 8.10<br>12.05 – 12.30<br>15.00 – 15.20          | 50мин.              |                              | <i>на игровую деятельность (без учета времени игр на прогулке и в перерывах между занятиями)</i> | <i>2 ч. 10 мин.</i>      |
| Приём пищи   | 8.10-8.40<br>9.20 – 9.40<br>11.35-12.05<br>16.00-16.30 | 1ч. 40 мин.         |                              |  |                          |
| Совместная образовательная деятельность                        | 9.10-9.30  | 10-20 мин.          |                              |  |                          |
| Прогулка   | 9.40-11.35<br>16.40-19.00                              | 4 ч.15мин.          |                              |  |                          |
| Дневной сон  | 12.30 – 15.30  | 3ч.                 |                              |  |                          |

## ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### Режим дня детей дошкольного возраста (холодный период года)

| <i>Режимные моменты</i>   | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 3 до 4<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 4 до 5<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 5 до 6<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 6 до 7<br/>лет</i> |
|---|--|--|--|--|
| <i>Дома</i>   |  |  |  |  |
| <i>Подъем, утренний туалет</i>  | <i>6.30-7.30</i>   | <i>6.30-7.30</i>   | <i>6.30-7.30</i>   | <i>6.30-7.30</i>   |
| <b>В детском саду</b>   |  |  |  |  |
| Приём детей, свободная игра   | 7.00-8.00  | 7.00-8.05  | 7.00-8.15  | 7.00-8.25  |
| Утренняя гимнастика   | 8.00-8.10  | 8.10-8.20  | 8.15-8.25  | 8.20-8.30  |
| Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство                                   | 8.20-8.40  | 8.25-8.40  | 8.30-8.40  | 8.30-8.40  |
| Утренний круг   | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  |
| Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами                             | 9.10-9.25  | 9.00-9.20  | 9.00-9.25  | 9.00-9.30  |
|   | 9.35-9.50  | 9.30-9.50  | 9.35-10.00   | 9.40-10.10   |
|   | -  | -  | -  | 10.20-10.50  |
| Второй завтрак  | 9.50-10.00   | 9.50-10.00   | 10.00-10.10  | 10.10-10.20  |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 10.00-12.15  | 10.00-12.10  | 10.10-12.20  | 10.50-12.35  |
| Самостоятельная игровая деятельность, игры-занятия                          | -  | 12.10-12.15  | 12.20-12.25  | -  |
| Подготовка к обеду, обед, дежурство   | 12.15-12.45  | 12.15-12.40  | 12.25-12.50  | 12.35-12.55  |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры                                  | 12.45-13.00  | 12.40-13.00  | 12.50-13.00  | 12.55-13.00  |
| Дневной сон   | 13.00-15.00  | 13.00-15.00  | 13.00-15.00  | 13.00-15.00  |
| Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры | 15.00-15.20  | 15.00-15.20  | 15.00-15.20  | 15.00-15.15  |
| Игры, дополнительные занятия  | 15.20-16.05  | 15.20-16.15  | 15.20-16.20  | 15.15-16.25  |
| Подготовка к полднику, уплотнённый полдник, дежурство                       | 16.05-16.30  | 16.15-16.35  | 16.20-16.40  | 16.25-16.40  |
| Игры, кружки, дополнительные занятия, чтение                                | -  | 16.35-17.00  | 16.40-17.05  | 16.40-17.10  |
| Вечерний круг   | 16.30-16.45  | 16.35-17.00  | 16.40-17.05  | 16.40-17.10  |
| Подготовка к прогулке, прогулка   | 16.45-19.00  | 17.00-19.00  | 17.05-19.00  | 17.10-19.00  |
| Уход детей домой  | 18.30-19.00  | 18.30-19.00  | 18.30-19.00  | 18.30-19.00  |
| <i>Дома</i>   |  |  |  |  |
| <i>Прогулка</i>   | <i>19.00-20.00</i>                                       | <i>19.00-20.15</i>                                       | <i>19.00-20.15</i>                                       | <i>19.00-20.15</i>                                       |
| <i>Возвращение с прогулки, спокойные игры, гигиенические процедуры</i>      | <i>20.00-20.30</i>                                       | <i>20.15-20.45</i>                                       | <i>20.15-20.45</i>                                       | <i>20.15-20.45</i>                                       |
| <i>Укладывание, ночной сон</i>  | <i>20.30-6.30(7.30)</i>                                  | <i>20.45-6.30(7.30)</i>                                  | <i>20.45-6.30(7.30)</i>                                  | <i>20.45-6.30(7.30)</i>                                  |

**Режим дня детей дошкольного возраста (тёплый период года)**

| <i>Режимные моменты</i>   | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 3 до 4<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 4 до 5<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 5 до 6<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 6 до 7<br/>лет</i> |
|---|--|--|--|--|
| Утренний прием на воздухе. Прогулка. Утренняя гимнастика. Игры  | 7.00 – 8.30  | 7.00 – 8.35  | 7.00 – 8.40  | 7.00 – 8.45  |
| Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство   | 8.30 – 9.00  | 8.35 – 9.00  | 8.40 – 9.00  | 8.45 – 9.00  |
| Утренний круг   | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  |
| Прогулка, подвижные игры  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  |
| Совместная организованная образовательная деятельность на воздухе (игры экологической направленности, игры-экспериментирования) | 9.30 – 9.45  | 9.30 – 9.50  | 9.30 – 9.55  | 9.30 – 10.00   |
| Второй завтрак  | 9.45 – 10.00   | 9.50 – 10.00   | 9.55 – 10.05   | 10.00 – 10.10  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры детей   | 10.00 – 12.15  | 10.00 – 12.20  | 10.05 – 12.30  | 10.10 – 12.35  |
| Подготовка к обеду, обед, дежурство   | 12.15 – 12.45  | 12.20 – 12.50  | 12.30 – 12.55  | 12.35 – 12.55  |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры  | 12.45 – 13.00  | 12.50 – 13.00  | 12.55 – 13.00  | 12.55 – 13.00  |
| Дневной сон   | 13.00 – 15.00  | 13.00 – 15.00  | 13.00 – 15.00  | 13.00 – 15.00  |
| Постепенный подъём, профилактические физкультурно-оздоровительные процедуры   | 15.00 – 15.20  | 15.00 – 15.20  | 15.00 – 15.20  | 15.00 – 15.15  |
| Игры, самостоятельная игровая деятельность  | 15.20 – 15.40  | 15.20 – 15.40  | 15.20 – 15.40  | 15.15 – 15.30  |
| Подготовка к полднику, уплотнённый полдник, дежурство   | 15.40 – 16.00  | 15.40 – 16.10  | 15.40 – 16.10  | 15.40 – 16.10  |
| Игры, кружки, чтение. Вечерний круг. Прогулка, уход детей домой   | 16.00 – 19.00  | 16.10 – 19.00  | 16.10 – 19.00  | 16.10 – 19.00  |

**ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ДНЯ В ГРУППЕ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ**

*Организация режима дня в группе кратковременного пребывания детей от 1,5 до 2 лет*

| <i>Режимные моменты</i>                         | <i>Холодный период</i> | <i>Тёплый период</i> |
|---|------------------------|----------------------|
| Приём детей, свободная игра                     | 7.00-8.10              | 07.00 – 08.10        |
| Утренняя гимнастика                             | 8.05-8.10              | (на воздухе)         |
| Подготовка к завтраку, завтрак                  | 8.10-8.40              | 8.10-8.40            |
| Игровая деятельность                            | 8.40-9.10              | 9.00 – 11.35         |
| Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами | 9.10-9.30              | (на воздухе)         |
| Второй завтрак                                  | 9.20-9.40              | Второй завтрак:      |
| Подготовка к прогулке, прогулка                 | 9.40-11.35             | 10.00-10.10          |
| Прогулка, уход домой                            | 11.35-12.00            | 11.35 – 12.00        |

*Организация режима дня в группе кратковременного пребывания детей от 2 до 3 лет*

| <i>Режимные моменты</i>                         | <i>Холодный период</i> | <i>Тёплый период</i> |
|---|------------------------|----------------------|
| Приём детей, свободная игра                     | 7.00-8.10              | 07.00 – 08.10        |
| Утренняя гимнастика                             | 8.05-8.10              | (на воздухе)         |
| Подготовка к завтраку, завтрак                  | 8.10-8.40              | 8.10-8.40            |
| Игровая деятельность                            | 8.40-9.10              | 9.00 – 11.35         |
| Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами | 9.10-9.30              | (на воздухе)         |
| Второй завтрак                                  | 9.20-9.40              | Второй завтрак:      |
| Подготовка к прогулке, прогулка                 | 9.40-11.35             | 10.00-10.10          |
| Прогулка, уход домой                            | 11.35-12.00            | 11.35 – 12.00        |

**Режим дня детей дошкольного возраста в группах кратковременного пребывания (холодный период года)**

| <i>Режимные моменты</i>                            | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 3 до 4<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 4 до 5<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 5 до 6<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 6 до 7<br/>лет</i> |
|--|--|--|--|--|
| <b>Дома</b>  |  |  |  |  |
| <i>Подъем, утренний туалет</i>                     | 6.30-7.30  | 6.30-7.30  | 6.30-7.30  | 6.30-7.30  |
| <b>В детском саду</b>                              |  |  |  |  |
| Приём детей, свободная игра                        | 7.00-8.00  | 7.00-8.05  | 7.00-8.15  | 7.00-8.25  |
| Утренняя гимнастика                                | 8.00-8.05  | 8.10-8.15  | 8.15-8.20  | 8.20-8.30  |
| Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство          | 8.20-8.40  | 8.25-8.40  | 8.30-8.40  | 8.30-8.40  |
| Утренний круг                                      | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  |
| Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами    | 9.10-9.25  | 9.00-9.20  | 9.00-9.25  | 9.00-9.30  |
|  | 9.35-9.50  | 9.30-9.50  | 9.35-10.00   | 9.40-10.10   |
|  | -  | -  | -  | 10.20-10.50  |
| Второй завтрак                                     | 9.50-10.00   | 9.50-10.00   | 10.00-10.10  | 10.10-10.20  |
| Подготовка к прогулке, прогулка                    | 10.00-12.15  | 9.50-12.10   | 10.10-12.20  | 10.50-12.35  |
| Самостоятельная игровая деятельность, игры-занятия | -  | 12.10-12.15  | 12.20-12.25  | -  |
| Подготовка к обеду, обед, уход домой               | 12.15-12.45  | 12.15-12.40  | 12.25-12.50  | 12.35-12.55  |

**Режим дня детей дошкольного возраста в группах кратковременного пребывания (тёплый период года)**

| <i>Режимные моменты</i>   | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 3 до 4<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 4 до 5<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 5 до 6<br/>лет</i> | <i>Группа дошкольного<br/>возраста от 6 до 7<br/>лет</i> |
|---|--|--|--|--|
| Утренний прием на воздухе. Прогулка. Утренняя гимнастика. Игры  | 7.00 – 8.30  | 7.00 – 8.35  | 7.00 – 8.40  | 7.00 – 8.45  |
| Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство   | 8.30 – 9.00  | 8.35 – 9.00  | 8.40 – 9.00  | 8.45 – 9.00  |
| Утренний круг   | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  | 8.40-9.00  |
| Прогулка, подвижные игры  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  | 9.00 – 9.30  |
| Совместная организованная образовательная деятельность на воздухе (игры экологической направленности, игры-экспериментирования) | 9.30 – 9.45  | 9.30 – 9.50  | 9.30 – 9.55  | 9.30 – 10.00   |
| Второй завтрак  | 9.45 – 10.00   | 9.50 – 10.00   | 9.55 – 10.05   | 10.00 – 10.10  |
| Подготовка к прогулке, прогулка, игры детей   | 10.00 – 12.15  | 10.00 – 12.20  | 10.05 – 12.30  | 10.10 – 12.35  |
| Подготовка к обеду, обед, уход домой  | 12.15 – 12.45  | 12.20 – 12.50  | 12.30 – 12.55  | 12.35 – 12.55  |

| Вид деятельности  |  | 3-4 года  |                              | 4-5 лет   |   | 5-6 лет  |                              | 6-7 лет  |   |
|---|--|---|------------------------------|---|---|--|------------------------------|--|---|
|   |  | Время в режиме дня  | Длительность                 | Время в режиме дня  | Длительность  | Время в режиме дня   | Длительность                 | Время в режиме дня   | Длительность                                      |
| Самостоятельная   | игровая деятельность                   | 7.00 – 8.00<br>15.20 – 16.05                                | 1 ч. 45мин                   | 7.00 – 8.05<br>12.10.-12.15<br>15.20 – 16.15<br>16.35 – 17.00 | 2ч.30мин  | 7.00 – 8.15<br>12.20-12.25<br>15.20 – 16.20<br>16.35-17.05     | 2ч.50мин                     | 7.00 – 8.25<br>15.15-16.25<br>16.40 – 17.10                    | 2 ч. 05 м.  |
| Утренняя гимнастика, гигиенические и оздоровительные процедуры    |  | 8.00-8.10<br>12.45-13.00<br>15.00-15.20                     | 45 мин.                      | 8.10 – 8.20<br>12.40 – 13.00<br>15.00 – 15.20                 | 50 мин.   | 8.15 – 8.25<br>12.50 – 13.00<br>15.00 – 15.20                  | 40 мин.                      | 8.20 – 8.30<br>12.55 – 13.00<br>15.00 – 15.15                  | 30 мин.   |
| Приём пищи  |  | 8.20 – 8.40<br>9.50 – 10.00<br>12.15 – 12.45<br>16.05-16.30 | 1ч.25мин.                    | 8.25 – 8.40<br>9.50 – 10.00<br>12.15 – 12.40<br>16.15-16.35   | 1ч.00 мин.  | 8.30 – 8.40<br>10.00 – 10.10<br>12.25 – 12.50<br>16.20 – 16.40 | 55 мин.                      | 8.30 – 8.40<br>10.10 – 10.20<br>12.35 – 12.55<br>16.25 – 16.40 | 55 мин.   |
| Утренний круг, вечерний круг                                      |  | 8.40 – 9.00<br>16.30-16.45                                  | 35 мин.                      | 8.40 – 9.00<br>16.35-17.00                                    | 45 мин.   | 8.40 – 9.00<br>16.40-17.05                                     | 45 мин.                      | 8.40 – 9.00<br>16.40-17.10                                     | 50 мин.   |
| Совместная образовательная деятельность, занятия со специалистами | Кол-во занятий в неделю                | 10  |                              | 11  |   | 12   |                              | 14   |   |
|   | Длительность одного занятия            | не более 15 мин.  |                              | не более 20 мин.  |   | не более 25 мин.   |                              | не более 30 мин.   |   |
|   | Общая продолжительность занятий в день | 9.00 – 9.15<br>9.25 – 9.40                                  | до 30 минут в день           | 9.00-9.20<br>9.30-9.50<br>15.40 – 16.00                       | до 40 минут в день (до 60 мин. в день – 2 р/неделю) | 9.00-9.25<br>9.35-10.00<br>15.35-16.00                         | до 1ч.15мин. в день          | 9.00 – 9.30<br>9.40 – 10.10<br>10.20 – 10.50<br>15.30 – 16.00  | до 1ч.30мин. в день (до 2 ч. в день – 2 р/неделю) |
| Прогулка  | 10.00 – 12.15<br>16.45-19.00           | 4 ч.30мин.  | 10.00 – 12.10<br>17.00-19.00 | 4ч.10мин.   | 10.10 – 12.20<br>17.05-19.00                        | 4ч.05мин.  | 10.50 – 12.35<br>17.10-19.00 | 3ч.25мин.  |   |
| Сон   | 13.00 – 15.00                          | 2 ч.  | 13.00 – 15.00                | 2 ч.  | 13.00 – 15.00                                       | 2 ч.   | 13.00 – 15.00                | 2 ч.   |   |
| Дополнительные образовательные услуги                             | –                                      | –   | 15.20-16.15<br>16.35-17.00   | 1ч.20мин.   | 15.20 – 16.15<br>16.40-17.05                        | 1ч.25мин.  | 15.20 – 16.15<br>16.40-17.10 | 1ч.30мин.  |   |

**Режим двигательной активности детей дошкольного возраста в ДОУ**

| Формы работы                                     | Виды занятий  | Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей |  |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
|  |   | 3-4 года   | 4-5 лет  | 5-6 лет  | 6-7 лет  |
| Физкультурные занятия                            | <i>в зале</i>   | 1 раз в неделю*15  | 1 раз в неделю*20  | 1 раз в неделю*25  | 1 раз в неделю*30  |
|  | <i>в бассейне</i>   | 1 раз в неделю*15  | 1 раз в неделю*20  | 1 раз в неделю*25  | 1 раз в неделю*30  |
|  | <i>на улице</i>   | 1 раз в неделю*15  | 1 раз в неделю*20  | 1 раз в неделю*25  | 1 раз в неделю*30  |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | <i>утренняя гимнастика</i>  | Ежедневно*10   | Ежедневно*10   | Ежедневно*10   | Ежедневно*10   |
|  | <i>подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке</i>                           | ежедневно 2 раза (утром и вечером) *15-20                                  | ежедневно 2 раза (утром и вечером) *20-25                | ежедневно 2 раза (утром и вечером) *25-30                | ежедневно 2 раза (утром и вечером) *30-40                |
|  | <i>физкультурные минутки</i>  | ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3                   | ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3 | ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3 | ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия*1-3 |
| Активный отдых                                   | <i>физкультурный досуг</i>  | 1 раз в месяц*20   | 1 раз в месяц*20   | 1 раз в месяц*25-30                                      | 1 раз в месяц*40   |
|  | <i>физкультурный праздник</i>   | -  | 2 раза в год до 50 мин                                   | 2 раза в год до 60 мин                                   | 2 раза в год до 60 мин                                   |
|  | <i>день здоровья</i>  | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  |
| Самостоятельная двигательная активность          | <i>самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования</i> | ежедневно  | ежедневно  | ежедневно  | ежедневно  |
|  | <i>самостоятельные подвижные игры</i>   | ежедневно  | ежедневно  | ежедневно  | ежедневно  |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**"ДЕТСКИЙ САД № 25"**, Безрукова Елена Евгеньевна, заведующий

13.09.24 13:35 (MSK)

Сертификат CE109FD353522F7619DF37B4D1603344