

Режим дня в группе детей от 2-х до 3-х лет

Режимные моменты	Холодный период	Теплый период
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.15	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.15-8.20	8.20 – 8.30
Гигиенические процедуры	8.20- 8.35	8.30 – 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35- 9.00	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.10	9.00 – 9.20
Образовательные занятия	9.10-9.20 9.30	9.20 - 9.30
Самостоятельная деятельность, игры	9.30-9.40	-
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40-11.15	9.30-11.15
Возвращение с прогулки, игры	11.15-11.30	11.15-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00
Подъем, воздушные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.20
Полдник	15.20-15.40	15.20-15.40
Образовательные занятия	15.40-15.50	-
Игры, деятельность по интересам	15.50-16.40	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.40-19.00	16.10-19.00

РЕЖИМ ДНЯ в дошкольных группах

Режимные моменты	3—4 года	4—5 лет	5—6 лет	6-7 лет
Холодный период				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20	7.00-8.20
Утренняя гимнастика	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.10	8.50-9.10	8.50-9.10	8.50-9.10
Самостоятельная деятельность, игры	9.10-9.20	9.10-9.20	-	-
Образовательные занятия	9.20-9.35 9.45-10.00	9.20-9.40 9.50-10.10	9.10-9.35 9.45-10.10	9.10-9.40 9.50-10.20 10.30-11.00
Самостоятельная деятельность, игры	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20	
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.40	10.20-11.50	10.20-11.50	11.00-12.10
Возвращение с прогулки, игры	11.40-12.00	11.50-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.10-12.40	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.30-15.00	12.40-15.10	12.50-15.20
Подъем, воздушные процедуры	15.00-15.20	15.00-15.10	15.10-15.20	15.20-15.30
Полдник	15.20-15.35	15.20-15.35	15.20-15.35	15.30-15.45
Образовательные занятия	-	-	15.35-16.00	
Игры, деятельность по интересам	15.35-16.40	15.35-16.40	16.00-16.40	15.45-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00	16.40-19.00
Теплый период				
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.25-8.35	8.30-8.40	8.30-8.40	8.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00	8.40-9.00
Самостоятельная деятельность, игры	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00	9.20-12.00	9.20-12.10	9.20-12.10
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.40	12.00-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40

Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10
Подъем, воздушные процедуры	15.10- 15.20	15.10- 15.20	15.10- 15.20	15.10- 15.20
Полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Игры, деятельность по интересам	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.10-19.00	16.10-19.00	16.10-19.00	16.10-19.00

*Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня в учреждении соблюдаются 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 электронных средств обучения;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ЧДОУ обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях;
- 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.

	5-6 лет	6-7 лет	7-8 лет	8-9 лет
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10	12.40-15.10
Подъем, воздушные процедуры	15.10- 15.20	15.10- 15.20	15.10- 15.20	15.10- 15.20
Полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40	15.20-15.40
Игры, деятельность по интересам	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10	15.40-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	16.10-19.00	16.10-19.00	16.10-19.00	16.10-19.00
Дневной сон				
Подготовка ко сну, дневной сон	7.00-8.30	7.10-8.30	7.00-8.30	7.00-8.30
Утренняя гимнастика	8.35-8.55	8.30-8.50	8.40-8.40	8.30-8.45
Двигательная деятельность, игры	8.55-9.20	8.50-9.20	8.40-9.00	8.40-9.00
Утренняя зарядка	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	9.20-12.00	9.20-12.00	9.20-12.00	9.20-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-12.40	12.00-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40

Согласно пункту 183 Гигиенических нормативов Организация может корректировать режим дня в зависимости от типа организации и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми следует руководствоваться при изменении режима дня.

Требования и показатели организации образовательного процесса

(извлечения из СанПиН 1.2.3685-21 Таблицы 6.6, 6.7)

Показатель	Возраст	Норматив
<i>Требования к организации образовательного процесса</i>		
Начало занятий не ранее	все возраста	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возраста	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 мин при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возраста	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возраста	2-х минут
<i>Показатели организации образовательного процесса</i>		
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 возраста	1 часа в день
Утренний подъем, не ранее	все возраста	7 ч 00 мин
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112241

Владелец Ильясова Зубайдат Бекивовна

Действителен с 06.03.2026 по 06.03.2027