

### Холодный период года (2025 -2026 учебный год)

Режим дня рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Режимные моменты	Группа раннего возраста 1,5- 3 г.	Младшая 3-4 г.	Средняя 4-5 л.	Старшая 5-6 л.	Подготовительная 6-7 л.
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00	07.00-08.00
Утренняя зарядка ( гимнастика)	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10	08.00-08.10
Гигиенические процедуры	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20	08.10-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50	08.20-08.50	08.20-08.45	08.20-08.45	08.20-08.45
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	08.50-09.00	08.50-09.00	08.45-09.00	08.45-09.00	08.45-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-09.30	09.00-09.40	09.00-09.50	09.00-10.10	09.00-10.50
Занятие №1	09.00-09.10	09.00-09.15	09.00-09.20	09.00-09.25	09.00-09.30
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	09.10-09.20	09.15-09.25	09.20-09.30	09.25-09.35	09.30-09.40
Занятие №2	09.20-09.30	09.25-09.40	09.30-09.50	09.35-10.00	09.40-10.10
Перерыв между занятиями ( физкультурные минутки)	-	-	-	10.00-10.10	10.10-10.20
Занятие №3 (если не предусмотрено во вторую половину)	-	-	-	-	10.20-10.50
Подготовка к приему пищи. Второй завтрак	09.30-09.50	09.40-09.50	09.50-10.00	10.10-10.20	10.50-11.00
Гигиенические процедуры, одевание на прогулку, подготовка к прогулке	09.50-10.10	09.50-10.05	10.00-10.10	10.20-10.30	11.00-11.10
Прогулка на свежем воздухе, возвращение с прогулки	10.10-11.30	10.05-12.00	10.10-12.00	10.30-12.00	11.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.35	12.30-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.00-15.00	12.30-15.30	12.30-15.30	12.35-15.05	13.00-15.30
Организованная образовательная деятельность	-	-	-	15.05-15.30	-
Подготовка к полднику, полдник	15.00-15.30	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.00
Самостоятельная деятельность детей	15.30-16.00				
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30

## Теплый период года

Режим дня рассчитан на 10,5-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФООП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренний приём детей на свежем воздухе	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20	7.00 – 8.20
Утренняя зарядка (гимнастика) на воздухе	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 –9.00	8.30 –9.00	8.30 –9.00	8.30 –9.00	8.30 –9.00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 -9.30	9.00-9.30	9.00-9.15	9.00-9.15	-
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие №1 (в игровой форме по подгруппам)	9.30-9.40	9.30-9.40	9.15-9.35	9.15-9.40	9.00-9.30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9.40 – 9.50	9.40-9.50	9.35-9.45	9.40-9.50	9.30-9.40
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие №2 (в игровой форме по подгруппам)	9.50-10.00	9.50-10.00	9.45-10.05	9.50-10.15	9.40-10.10
Второй завтрак	10.00	10.00	10.05	10.15	10.10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10.10-10.30	10.10-10.30	10.10- 10.20	10.20-10.30	10.15-10.35
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки	10.30-11.00	10.30-11.00	10.20-11.15	10.30-11.15	10.35-11.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.00 -11.30	11.00 -11.30	11.15 - 12.00	11.15 – 12.00	11.15 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
Образовательная нагрузка Занятие №3				15.00-15.25	
Постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры, подготовка к полднику, полдник	15.00 -16.00	15.00 – 16.00	15.00 -16.00	15.25 -15.50	15.00 -16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, самостоятельная и организованная детская деятельность)	16.00 – 17.30	16.00 – 17.30	16.00 – 17.30	15.50 – 17.30	16.00 – 17.30

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443692

Владелец Воеводина Евгения Валерьевна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026