

Принято на педагогическом Совете  
МБДОУ детский сад № 3 «Одуванчик» г.  
Демидова

Утверждаю

**протокол от 31.08.2022 № 1**

Заведующий МБДОУ детский  
сад № 3 «Одуванчик» г. Демидова

Согласовано с Советом родителей МБДОУ  
детский сад № 3 «Одуванчик» г. Демидова

\_\_\_\_\_  
З.К. Акимова

**протокол от 31.08.2022 № 4**

**приказ от 31.08.2022 № 53 о-д**

**Режим занятий воспитанников  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад № 3 «Одуванчик» г. Демидова**

**1. Общие положения**

1.1. Режим занятий воспитанников МБДОУ детский сад № 3 «Одуванчик» г. Демидова (далее — детский сад) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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, приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования», уставом детского сада.

1.2. Основные образовательные программы дошкольного образования реализуются в детском саду в соответствии с расписанием образовательной деятельности, с учетом режима работы детского сада и групп, а также режима дня, соответствующего

анатомическим и физиологическим особенностям каждой возрастной группы.

1.3. Режим занятий устанавливает продолжительность образовательной нагрузки в течение одного занятия и одного дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения и занятий по физическому воспитанию.

## **2. Режим работы детского сада и групп**

2.1. Режим работы детского сада: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

2.2. Дошкольные группы в детском саду функционируют в режиме 10, часового пребывания.

## **3. Режим занятий воспитанников**

3.1.. Образовательная программа дошкольного образования может реализовываться в течение всего времени пребывания воспитанника в детском саду.

3.2. Продолжительность одного образовательного занятия составляет не более:

- 10 мин. – от полутора до трех лет;
- 15 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 20 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 25 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 30 мин. – для детей от шести до семи лет.

3.3. Продолжительность образовательной нагрузки в течение дня составляет не более:

- 10 мин. – от полутора до трех лет;
- 30 мин. – для детей от трех до четырех лет;
- 40 мин. – для детей от четырех до пяти лет;
- 45 мин. – для детей от пяти до шести лет;
- 1,5 ч – для детей от шести до семи лет.

3.4. Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 9.00.

3.5. Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения (физкультминутки).

Примерный режим занятий на учебный год, режимы дня на теплый и холодный периоды года (приложение 1, 2)

#### **4. Режим занятий с применением электронных средств обучения**

4.1. Занятия с использованием электронных средств обучения проводятся в возрастных группах от пяти лет и старше.

4.2. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях определяется по гигиеническим нормативам.

4.3. Продолжительность непрерывного использования:

- экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут;

4.4. Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

Приложение 1

### **РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ВОСПИТАННИКОВ**

**старший возраст:**

<i>Дни недели/ группы/ время проведения</i>	<i><u>Подготовительная к школе группа</u></i>	<i><u>Старшая группа</u></i>	<i><u>Средняя группа</u></i>
<i><b>Понедельник</b></i>  <i><b>День радостных встреч</b></i>	<b>9.10-9.40</b>  «Познание» (ОБЖ, экология, экспериментирование)  <b>9.50 – 10.20</b>	<b>9.20-9.45</b>  «Познание» (ОБЖ, экология, экспериментирование)  <b>9.55- 10.15</b>	<b>9.20-9.40</b>  Рисование  <b>9.50 – 10.10</b>

	Физкультура <b>10.30-11.00</b> Доп.образование	Физкультура <i>2-ая пол. дня</i> <b>15.30-15.55</b> Лепка	Музыка
<b>Вторник</b>  <i>Знай-ка!</i> <i>(познавательный день)</i>	<b>9.10-9.40</b> «Познание» (ФМП) <b>9.50 – 10.20</b> Обучение грамоте <b>10.30-11.00</b> Музыка	<b>9.20-9.45</b> «Познание» (ФМП) <b>9.55- 10.15</b> Музыка <i>2-ая пол. дня</i> <b>15.30-15.55</b> Доп.образование	<b>9.20-9.40</b> «Познание» (ОБЖ, экология, эксперим)/ коммуникация <b>9.50 – 10.10</b> Физкультура <i>2-ая пол.дня</i> <b>15.30-15.45</b> Доп.образование
<b>Среда</b>  <i>День Самоделкина</i>	<b>9.10-9.40</b> Коммуникация <b>9.50 – 10.20</b> Рисование <b>10.30 -11.00</b> Физкультура <i>2-ая пол. дня</i> <b>15.25-15.55</b> Доп.образование	<b>9.20-9.40</b> Обучение грамоте (Ознакомление с буквами ) <b>9.50- 10.15</b> Физкультура <i>2-ая пол. дня</i> <b>15.25-15.50</b> Доп.образование	<b>9.20-9.40</b> «Познание» (ФМП) <b>9.50 – 10.10</b> Музыка
<b>Четверг</b>  <i>Праздник каждый день</i>  <i>(самостоятельная худ.деятельность,</i>	<b>9.10-9.40</b> «Познание» (ФМП) <b>9.50 – 10.20</b> Музыка	<b>9.20-9.40</b> Коммуникация <b>11.00- 11.25</b> Физкультура на	<b>9.20-9.40</b> « Лепка»

<i>развлечения, досуги, праздники, спортивные мероприятия)</i>	<b>10.30 -11.00</b>  Лепка	воздухе  <b>2-ая пол. дня</b>  <b>15.25-15.50</b>  Рисование	<b>11.00-11.20</b>  Физкультура  на воздухе
<b>Пятница</b>  <b>Чистота – залог здоровья!</b>	<b>9.10-9.40</b> Обучение грамоте (2 полугодие –  Ознаком с худ.литер)  <b>9.50 – 10.20</b>  Констр. /аппликация  <b>11.00 – 11.30</b>  Физкультура на воздухе	<b>9.20-9.40</b>  Констр/аппликация  <b>9.50- 10.15</b> Музыка	<b>9.20-9.40</b>  Констр/аппликация  <b>9.50 – 10.10</b>  Физкультура
<b>Утренняя гимнастика под музыку</b>  <b>8.40-8.50</b>	<b>Понедельник</b>  <b>Пятница</b>	<b>Среда</b>	<b>Вторник</b>

**Младший возраст**

<b>Дни недели/ группы/ время проведения</b>	<b><u>2-ая младшая группа</u></b>	<b><u>1-ая младшая группа</u></b>	<b><u>2-ая группа раннего возраста</u></b>
<b>Понедельник</b>  <b>День радостных встреч</b>	<b>9.25-9.40</b>  Формирование целостной картины мира/  Коммуникация  <b>9.50-10.05</b>  Физкультура	<b>9.20-9.30 (1 подгруппа)</b>  <b>9.40-9.50(2 подгруппа)</b>  Музыка  <b>2-ая пол. дня</b>  <b>15.40-15.50</b>  Конструир/лепка	<b>9.20-9.30</b>  <i>(1 подгруппа)</i>  <b>9.40-9.50</b>  <i>(2 подгруппа)</i>  Музыка

<p><b>Вторник</b></p> <p><b>Знай-ка!</b> (познавательный день)</p>	<p><b>9.25-9.40</b></p> <p>Музыка</p> <p><b>9.50-10.05</b></p> <p>Доп. образование</p>	<p><b>9.20-9.30</b> (1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b>(2 подгруппа)</p> <p>Развитие речи</p> <p><b>2-ая пол. дня</b></p> <p><b>15.40-15.50</b></p> <p>Физкультура</p>	<p><b>9.20-9.30</b></p> <p>(1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b></p> <p>(2 подгруппа)</p> <p>Развитие речи</p>
<p><b>Среда</b></p> <p><b>День Самоделкина</b></p>	<p><b>9.25-9.40</b></p> <p>«Познание» (ФМП)</p> <p><b>9.50 - 10.05</b></p> <p>Физкультура</p>	<p><b>9.20-9.30</b> (1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b>(2 подгруппа)</p> <p>Познавательное развитие</p> <p><b>2-ая пол. дня</b></p> <p><b>15.40-15.50</b></p> <p>Музыка</p>	<p><b>9.20-9.30</b></p> <p>(1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b></p> <p>(2 подгруппа)</p> <p>Развитие речи</p> <p><b>2-ая пол. дня</b></p> <p><b>15.40-15.50</b></p> <p>Развитие движений</p>
<p><b>Четверг</b></p> <p><b>Праздник каждый день</b></p> <p>(самостоятельная худ. деятельность, развлечения, досуги, праздники, спортивные мероприятия)</p>	<p><b>9.25-9.40</b></p> <p>Рисование</p> <p><b>9.50-10.05</b></p> <p>Физкультура</p>	<p><b>9.20-9.30</b> (1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b>(2 подгруппа)</p> <p>Рисование</p> <p><b>2-ая пол. дня</b></p> <p><b>15.40-15.50</b></p> <p>Физкультура</p>	<p><b>9.20-9.30</b></p> <p>(1 подгруппа)</p> <p><b>9.40-9.50</b>(2 подгруппа)</p> <p>Музыка</p> <p><b>2-ая пол. дня</b></p> <p><b>15.40-15.50</b></p> <p>Констр. д-ность</p>

<b>Пятница</b>  <b>Чистота – залог здоровья!</b>	<b>9.25-9.40</b>  Музыка  <b>9.50-10.05</b>  Констр./лепка	<b>9.20-9.30</b>  Физкультура	<b>9.20-9.30</b>  (1 подгруппа)  <b>9.40-9.50</b>  (2 подгруппа)  Развитие речи  <b>2-ая пол. дня</b>  <b>15.40-15.50</b>  Развитие движений
<b>Утренняя гимнастика под музыку</b>  <b>8.40-8.50</b>	<b>Четверг</b>		

Приложение 2

РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

первой младшей группы

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.30
Прогулка	9.30 – 11.45
Второй завтрак (в период прогулки)	10.30 – 10.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.45 – 11.55
Обед	11.55 – 12.15
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.15 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические	15.30 – 15.40

процедуры	
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40 – 15.50
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00 – 16.15
Прогулка	16.15 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	3 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4.5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

второй младшей группы

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	От 30 до 40 минут
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.15
Прогулка	9.15 – 12.00
Второй завтрак <i>(в период прогулки)</i>	10.30 – 10.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.00 – 12.10
Обед	12.10 – 12.20
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.30
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.30 – 15.40
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40 – 15.55
Подготовка к полднику. Полдник	15.55 – 16.05
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.05 – 16.10
Прогулка	16.10 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут

<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	3 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4.5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

средней группы

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.20
Прогулка	9.20 – 12.15
Второй завтрак <i>(в период прогулки)</i>	10.30 – 10.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.15 – 12.25
Обед	12.25 – 12.50
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.50 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.30
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.30 – 15.40
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40 – 16.00
Подготовка к полднику. Полдник	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.10 – 16.15
Прогулка	16.15 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4,5 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2,5 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4.5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

старшей группы

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.30
Прогулка	9.30 – 12.25
Второй завтрак ( <i>в период прогулки</i> )	10.30 – 10.40
Прогулка	9.20 – 12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.25 – 12.35
Обед	12.35 – 12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.55 – 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.30
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.30 – 15.40
Самостоятельная деятельность,  чтение художественной литературы, трудовая деятельность( <i>не более 20 минут в течение дня</i> )	15.40 – 16.00
Подготовка к полднику. Полдник	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.10 – 16.15
Прогулка	16.15 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4,5 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2,5 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4.5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

подготовительной к школе группы

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.20

Второй завтрак <i>(в период прогулки)</i>	10.30 – 10.40
Прогулка	9.20 – 12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.35 – 12.45
Обед	12.45 – 13.10
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	13.10 – 13.20
Дневной сон	13.20 – 15.20
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.20 – 15.30
Самостоятельная деятельность,  чтение художественной литературы, трудовая деятельность ( <i>не более 20 минут в течение дня</i> )	15.30 – 16.00
Подготовка к полднику. Полдник	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.10 – 16.15
Прогулка	16.15 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4,5 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4,5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

второй группы раннего возраста

(теплый период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	От 30 до 40 минут
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.45
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.45 - 8.50
Завтрак	8.45 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.30
Второй завтрак <i>(в период прогулки)</i>	10.30 – 10.40
Прогулка	9.30 – 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30 – 11.40
Обед	11.40 – 12.10
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.10 – 12.20
Дневной сон	12.20 – 15.20
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.20 – 15.40

Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.40 – 15.50
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00 – 16.15
Прогулка	16.15 – 17.45
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность прогулки за день</b>	4,5 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	3 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	4 – 4.5 часа

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

первой младшей группы

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	От 30 до 40 минут
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.30
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.20
Непосредственно образовательная деятельность	9.20 – 9.30 (1 подгруппа)
	9.40 – 9.50 (2 подгруппа)
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.50 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 11.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.30 – 11.40
Обед	11.40 – 12.00
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.00 – 12.15
Дневной сон	12.15 – 15.15
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15 – 15.30
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 15.50
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00 – 16.15

Прогулка	16.15 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	10 минут
<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	20 минут
<b>Общая длительность прогулки за день (с учетом прогулки с родителями)</b>	3.20 - 4 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	3 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	от 3.10 до 4 часов

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

второй младшей группы

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	От 30 до 40 минут
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.30
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.25
Непосредственно образовательная деятельность	9.25 – 10.05
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	10.05 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.50 – 12.00
Обед	12.00 – 12.20
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.20 – 12.30
Дневной сон	12.30 – 15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.00 – 15.15
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 15.45
Подготовка к полднику. Полдник	15.45 – 15.55
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	15.55 – 16.15
Прогулка	16.15 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	От 30 до 40 минут

<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	15 минут
<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	30 минут (перерыв между занятиями 10 минут)
<b>Общая длительность прогулки за день (с учетом прогулки с родителями)</b>	3 - 4 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2,5 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	от 3.10 до 4часов

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

средней группы

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.30
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.20
Непосредственно образовательная деятельность	9.20 – 10.05
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	10.05 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.10– 12.20
Обед	12.20 – 12.45
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.45– 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.15
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15 – 15.30
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы	15.30 – 15.50
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00– 16.15
Прогулка	16.15 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	20 минут

<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	40 минут (перерыв между занятиями 10 минут)
<b>Общая длительность прогулки за день (с учетом прогулки с родителями)</b>	3.10 - 4 часа
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2 часа 15 минут
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	от 3.10 до 4 часов

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

старшей группы

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.30
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.20
Непосредственно образовательная деятельность	9.20 – 10.20
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	10.20 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 12.15
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.15– 12.25
Обед	12.25 – 12.55
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.55– 13.00
Дневной сон	13.00 – 15.15
Постепенный подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15 – 15.25
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, трудовая деятельность( <i>не более 20 минут в течение дня</i> )	15.25 – 15.50
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00– 16.15
Прогулка	16.15 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	25 минут
<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	50 минут (перерыв между занятиями 10 минут)
<b>Общая длительность прогулки за день (с учетом</b>	3.10 - 4 часа

<i>прогулки с родителями)</i>	
<b>Общая длительность дневного сна</b>	2 часа 15 минут
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	от 3.10 до 4 часов

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

подготовительной к школе группы

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.30
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.30 - 8.40
Завтрак	8.40 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 – 9.10
Непосредственно образовательная деятельность	9.10 – 11.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	11.00 – 11.05
Второй завтрак <i>(в перерыве между занятиями)</i>	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	11.05 – 12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	12.30– 12.40
Обед	12.40 – 13.05
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	13.05– 13.15
Дневной сон	13.15 – 15.15
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.15 – 15.25
Самостоятельная деятельность, чтение художественной литературы, трудовая деятельность <i>( не более 20 минут в течение дня)</i>	15.25 – 15.55
Подготовка к полднику. Полдник	15.55 – 16.05
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.05– 16.10
Прогулка	16.10 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	30 минут
<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	1,5 часа (перерыв между занятиями 10 минут)
<b>Общая длительность прогулки за день ( с учетом прогулки с родителями)</b>	3 - 4 часа

<b>Общая длительность дневного сна</b>	2 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов деятельности детей</b>	3 - 4 часов

## РЕЖИМ ДНЯ ДЕТЕЙ

второй группы раннего возраста

(холодный период года)

Утренняя прогулка с родителями к детскому саду	<i>От 30 до 40 минут</i>
<b>В дошкольном учреждении</b>	
Приём детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.45 – 8.40
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	8.40 - 8.50
Завтрак	8.50 – 9.00
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	9.00 - 9.40
Непосредственно образовательная деятельность	9.40 – 9.50 (1 подгруппа)
	9.55 – 10.05(2 подгруппа)
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры	10.05 – 10.30
Второй завтрак	10.30 – 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка	10.40 – 11.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду	11.20 – 11.40
Обед	11.40 – 12.10
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.10 – 12.20
Дневной сон	12.20 – 15.20
Постепенный подъём, гимнастика после сна, гигиенические процедуры	15.20– 15.40
Самостоятельная деятельность,	15.40 – 15.50
чтение художественной литературы	
Подготовка к полднику. Полдник	15.50 – 16.00
Подготовка к прогулке, гигиенические процедуры	16.00– 16.15
Прогулка	16.15 – 18.15
Подведение итогов дня, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.30 – 18.15
Вечерняя прогулка с родителями домой	<i>От 30 до 40 минут</i>
<i>Длительность основных режимных моментов</i>	
<b>Общая длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности детей</b>	10 минут
<b>Общая длительность непосредственно образовательной деятельности детей за день</b>	20 минут
<b>Общая длительность прогулки за день ( с учетом прогулки с родителями)</b>	4 часа (3.10)
<b>Общая длительность дневного сна</b>	3 часа
<b>Общая длительность самостоятельной и других видов</b>	4 часа

<i>деятельности детей</i>	
---------------------------	--