

Утверждаю:  
 Приказ № 68 о. д. от 09.23.  
 Заведующий МДОУ  
 «Детский сад №17»  
 В. П. Алешина



**Режим дня**  
 воспитанников МДОУ «Детский сад №17»  
 на холодный период года  
 (с 01.09.202\_ – 31.05.202\_)  
 (в группах с 10,5-часовым пребыванием)

Возрастные группы/режимные моменты	(1-3)	(3-4)	(4-5)	(5-6)	(6-7(8))
Утро радостных встреч: утренний приём в группе/ на улице (утренняя прогулка) (встреча детей в группе/на прогулочной площадке, осмотр детей, термометрия, игры детей) / <i>двигательная активность*</i> Самостоятельная игровая детская деятельность	7.30 – 7.50 (20 мин.) 15 мин.*	7.30 – 7.55 (25 мин.) 20 мин.*	7.30 – 7.55 (25 мин.) 25 мин.*	7.30 – 7.55 (25 мин.) 25 мин.*	7.30 – 8.05 (35 мин.) 30 мин.*
Подготовка к утренней гимнастике	7.50 – 8.05	7.55 – 8.10	7.55 – 8.10	7.55 – 8.10	8.05 – 8.15
Утренняя зарядка (упражнения со спортивным инвентарём и без него)/ <i>двигательная активность*</i>	8.05 – 8.15 (10 мин.) 10 мин.*	8.10 – 8.20 (10 мин.) 10 мин.*	8.10 – 8.20 (10 мин.) 10 мин.*	8.10 – 8.20 (10 мин.) 10 мин.*	8.15 – 8.25 (10 мин.) 10 мин.*
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КГН и навыков самообслуживания., дежурства. Посадка детей за столами	8.15 – 8.25	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.20 – 8.30	8.25 – 8.35
Завтрак (приём пищи).	8.25-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.30-8.50	8.35-8.50
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности)	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Образовательная деятельность (в соответствии с расписанием на уч.год) / <i>двигательная активность*</i> (физкультминутки в середине статистического занятия 3-5 мин.), подвижные игры малой и средней активности, музыкальные и динамические паузы	9.00-9.10 (1) 9.20-9.30 (2) (подгруппами) Перерыв 10 мин. 3-5 мин.*	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40 Перерыв 10 мин. 3-5 мин.*	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50 Перерыв 10 мин. 3-5 мин.*	9.00 – 9.25 9.35 - 10.00 Перерыв 10 мин. 3-5 мин.*	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20-10.50 Перерыв 10 мин. 3-5 мин.*
Подготовка ко 2 завтраку. 2 завтрак	9.30 -9.40	9.40-9.45	9.50-9.55	10.00-10.05	10.10-10.20

Подготовка к прогулке, переодевание, гигиенические процедуры, самообслуживание.	9.40-9.55 (выход детей подгруппами)	9.45-10.00	9.55-10.10	10.05-10.20	10.50-11.00
<b>Прогулка на свежем воздухе</b> (наблюдение, труд, дидактические, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера) / <i>двигательная активность*</i>	9.55-11.15 <b>(1ч.20 мин.)</b> 15 мин. *	10.00-11.30 <b>(1ч.30 мин.)</b> 20 мин. *	10.10-11.45 <b>(1ч. 40 мин.)</b> 25 мин. *	10.20-12.00 <b>(1 ч.40мин.)</b> 25 мин. *	11.00-12.10 <b>(1 ч.10 мин.)</b> 30 мин. *
Возвращение с прогулки. Переодевание. Гигиенические процедуры. Совместная деятельность воспитателей и детей.. Подготовка к обеду	11.15-11.40	11.30-11.50	11.45-12.05	12.00-12.20	12.10-12.25
Обед	11.40–12.05	11.50–12.15	12.05–12.30	12.20–12.45	12.25–12.45
Подготовка ко сну.  Сон	12.05 – 12.15  12.15-15.15 (3 ч.)	12.15-12.25  12.25-15.25 (3ч.)	12.30-12.45  12.45-15.15 (2 ч. 30 мин.)	12.45-12.55  12.55 – 15.25 (2 ч. 30 мин.)	12.45-12.50  12.50 – 15.20 (2 ч. 30 мин.)
Подъём. Гимнастика после дневного сна. Культурно – гигиенические навыки (умывание, одевание, причёсывание) / <i>двигательная активность*</i>	15.15–15.35 15 мин. *	15.25–15.45 15 мин. *	15.15–15.35 20 мин. *	15.25–15.45 20 мин. *	15.20–15.35 20 мин. *
Подготовка к полднику (посадка детей за столами)	15.35- 15.40	15.45-15.50	15.35-15.40	15.45 – 15.50	15.35 – 15.40
Полдник.	15.40-15.55	15.50-16.05	15.40-15.55	15.50-16.00	15.40-15.50
Образовательная деятельность, досуги, развлечения, чтение художественной литературы (ежедневно)	15.55-16.04 (1) 16.14-16.23(2) (подгруппами) Игра - занятие	16.05-16.20 (15 мин.)	15.55-16.15 (20 мин.)	16.00-16.25 (25 мин.)	15.50-16.20 (30 мин.)
Игровая деятельность, индивидуальная работа (совместная)	16.23-16.30	16.20-16.40	16.15-16.50	16.25-16.50	16.20 - 16.35
Подготовка к прогулке. Переодевание	16.30 – 16.40	16.40 – 16.55	16.50 – 17.05	16.50 – 17.05	16.35 – 16.45
<b>Прогулка</b> (наблюдение игры) / <i>двигательная активность*</i>  Уход детей домой.	16.40-18.00 <b>(1 ч.20 мин.)</b> 15 мин. *  18.00	16.55-18.00 <b>(1 ч.05 мин.)</b> 20 мин. *  *	17.05-18.00 <b>(55 мин.)</b> 25 мин. *  *	17.05-18.00 <b>(55 мин.)</b> 25 мин. *  18.00	16.45-18.00 <b>(1 ч.15 мин.)</b> 30 мин. *

		18.00	18.00		18.00
<b>Показатели организации образовательного процесса</b>					
Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" <b>таблица 6.7</b> (введён в действие с 01.03.2021)					
<b>Утренняя зарядка</b> <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 мин.-до 7 лет)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
<b>Дневной сон</b> <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Продолжительность дневного сна, не менее: 3 ч. (1-3 года); 2,5 ч. (4-7 лет)	3 ч.	3ч.	2ч.30 мин.	2ч.30 мин.	2ч.30 мин.
<b>Прогулка</b> 1.условно выделено жирным курсивом <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Продолжительность прогулок, не менее 3 ч./день - для детей до 7 лет)	3 ч.	3ч.	3ч.	3ч.	3ч.
<b>Двигательная активность *</b> 1.условно выделено курсивом и звёздочкой 2. высчитано <u>примерное</u> время <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Суммарный объём двигательной активности, не менее 1,0 ч/день все возраста)	1ч.15 мин.	1ч.30 мин.	1ч.50 мин.	1ч.55 мин.	2ч.05 мин.

**Режим работы в МДОУ в теплый период года**

(с 01.06.202\_ – 31.08.202\_)

(в группах с 10,5-часовым пребыванием)

Возрастные группы/режимные моменты	(1-3)	(3-4)	(4-5)	(5-6)	(6-7(8))
Утро радостных встреч: утренний приём (утренняя прогулка) (встреча детей на прогулочной площадке/в группе, осмотр детей, термометрия, игры детей) / <i>двигательная активность *</i>	7.30 – 7.55 (25 мин.)  <i>20 мин.*</i>	7.30 – 7.55 (25 мин.)  <i>20 мин.*</i>	7.30 – 8.00 (30 мин.)  <i>20 мин.*</i>	7.30 – 8.05 (35 мин.)  <i>20 мин.*</i>	7.30 – 8.05 (35 мин.)  <i>20 мин.*</i>
Утренняя зарядка на свежем воздухе/в группе (упражнения со спортивным инвентарём и без него)/ <i>двигательная активность *</i>	7.55 – 8.05 (10 мин.) <i>10 мин.*</i>	7.55 – 8.05 (10 мин.) <i>10 мин.*</i>	8.00 – 8.10 (10 мин.) <i>10 мин.*</i>	8.05 – 8.15 (10 мин.) <i>10 мин.*</i>	8.10 – 8.15 (10 мин.) <i>10 мин.*</i>

Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Посадка детей за столами	8.05 – 8.25	8.05 – 8.25	8.10 – 8.30	8.15 – 8.35	8.15 – 8.35
Завтрак (приём пищи).	8.25-8.50	8.25-8.45	8.30-8.50	8.35-8.50	8.35-8.50
Самостоятельная деятельность (игры)	8.50-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Совместная деятельность День интересных дел (в рамках тематического планирования)/ ОД (занятия художественно-эстетической, физической, направленности)	9.00 – 9.10 Перерыв 10 мин. 9.20 – 9.30	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
Подготовка ко 2 завтраку. 2 завтрак	9.24 -9.40	9.15-9.40	9.20-9.45	9.25-9.45	9.30-9.50
Подготовка к прогулке, переодевание.  Прогулка (наблюдение, труд, дидактические, подвижные игры, игры сюжетно-ролевого характера, музыкальное развитие) / <i>двигательная активность*</i>	9.40-10.00  10.00-11.10 (1ч15 мин.) 35 мин. *	9.40-10.00  10.00-11.20 (1ч.20 мин.) 40 мин. *	9.45-10.05  10.05-11.50 (1ч. 45 мин.) 45 мин. *	9.45-10.05  10.05-12.00 (1 ч.55 мин.) 55 мин. *	9.50-10.05  10.05-12.10 (2 ч.05 мин.) 60 мин. *
Возвращение с прогулки. Переодевание. Гигиенические навыки. Подготовка к обеду	11.10-11.30	11.20-11.45	11.45-12.05	12.00-12.20	12.10-12.25
Обед	11.30–11.50	11.45–12.05	12.05–12.30	12.20–12.45	12.30–12.50
Подготовка ко сну.  Сон	11.50 – 12.05  12.05-15.05 (3 ч.)	12.05-12.15  12.15-15.15 (3ч.)	12.30-12.45  12.45-15.15 (2 ч. 30 мин.)	12.45-12.50  12.50 – 15.20 (2 ч. 30 мин.)	12.50-12.55  12.55 – 15.25 (2 ч. 30 мин.)
Подъём. Гимнастика после дневного сна. Культурно – гигиенические навыки.	15.05–15.30	15.15–15.35	15.15–15.35	15.20–15.40	15.25–15.45
Подготовка к полднику.	15.30- 15.40	15.35-15.40	15.35-15.45	15.40 – 15.45	15.45 – 15.55
Полдник.	15.40-15.55	15.40-15.55	15.45-16.05	15.45-16.05	15.55-16.10

Подготовка к прогулке. Переодевание	15.55 – 16.15	15.55 – 16.15	16.05 – 16.20	16.05 – 16.25	16.10 – 16.25
<i>Прогулка</i> (наблюдение, подвижные игры, чтение художественной литературы, игры сюжетно-ролевого характера) / <i>двигательная активность</i> *  Уход детей домой.	16.15-18.00 (1ч 45 мин.) 35 мин. *  18.00	16.15- 18.00 (1ч 45 мин.) 40 мин. *  18.00	16.20- 18.00 (1 ч. 40 мин.) 45 мин. *  18.00	16.25- 18.00 (1 ч. 35 мин.) 50 мин. *  18.00	16.25- 18.00 (1 ч. 35 мин.) 60 мин. *  18.00
<b>Показатели организации образовательного процесса таблица 6.7</b> Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (введён в действие с 01.03.2021)					
<b>Утренняя зарядка</b> <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Утренняя зарядка, продолжительность, не менее до 7 лет – 10 мин.)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
<b>Дневной сон</b> <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Продолжительность дневного сна, не менее 1-3 года -2,5 ч.; 4-7 лет- 2,5 ч.)	3 ч.	3ч.	2ч.30 мин.	2ч.30 мин.	2ч.30 мин.
<b>Прогулка</b> <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Продолжительность прогулок, не менее для детей до 7 лет – 3 ч./день) 1.условно указано в скобках	3 ч.25 мин.	3ч.30 мин.	3ч.45 мин.	3ч.50 мин.	4ч.15 мин.
<b>Двигательная активность</b> * 1.условно выделено курсивом и звёздочкой 2. высчитано <u>примерное</u> время <i>таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21</i> (Суммарный объём двигательной активности, не менее все возраста – 1,0 ч/день)	1ч.40 мин.	1ч.50 мин.	2ч.05 мин.	2ч.15 мин.	2ч.30 мин.