

Приложение 1  
к приказу МАДОУ «Детский сад  
«Снегирек» г. Белоярский»  
от 30.08.2024 года № 130

**Режим дня для всех возрастных групп**

**Холодный период года**

Режимные моменты	1,5 -3 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры.	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей					08.00-08.20
					<b>20</b>
Утренняя гимнастика	8.00-8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.20 – 8.30
	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
Самостоятельная игровая деятельность по собственному выбору детей		08.10-08.20	08.10-08.25	08.10-08.30	
		<b>10</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	
Подготовка к завтраку. Завтрак	8.10 – 8.30	8.20 – 8.35	8.25 – 8.40	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Самостоятельная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, в том числе двигательные игры малой подвижности	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00	8.45 – 9.00	8.45 – 9.00
	<b>30</b>	<b>25</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Занятия	9.00 – 9.10	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
	9.20 – 9.30	9.25 – 9.40	9.30 – 9.50	9.35 – 10.00	9.40 – 10.10
	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	10.20 – 10.50 <i>/(либо 1 занятие после дневного сна)</i>
Перерыв между занятиями, подвижные игры малой и средней подвижности	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>20</b>
Игровая деятельность взрослого и ребенка. 2-ой завтрак	9.30 – 10.00	9.40 – 10.00	9.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.50 – 11.00
	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
Мероприятия по организации прогулки. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе игры средней и высокой подвижности не менее 20 минут.	10.00 -11.30	10.00 – 11.30	10.00 – 12.00	10.10 – 12.10	11.00 – 12.10
	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>70</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Обед	11.30 – 12.00	11.30 – 12.00	12.00 – 12.30	12.10 – 12.30	12.10 – 12.30
	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>20</b>
Подготовка ко сну. Сон.	12.00 – 15.00	12.00 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00	12.30 – 15.00
	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гигиенические процедуры, профилактическая гимнастика	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00– 15.20
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>
Полдник	15.20 – 15.30	15.20– 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
Занятия				15.30 – 15.55	15.30 – 16.00 <i>(только если в 1 половину дня проводится 2 занятия)</i>
				<b>25</b>	<b>30</b>
Познавательная-исследовательская деятельность, реализация ДОП, кружков по интересам.	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30-16.30	16.00-16.30	
	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	<b>30</b>	
Мероприятия по организации прогулки. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе игры средней и высокой подвижности не менее 20 минут.	16.00-17.30	16.00-17.30	16.30-17.40	16.30 - 17.40	16.00 -17.50
	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>110</b>

Самостоятельная деятельность, совместная деятельность педагога с детьми, в том числе двигательные игры малой подвижности	17.30-17.50	17.30-17.50	17.40 – 18.00	17.40 – 18.00	17.50 – 18.00
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>10</b>
Подготовка к ужину. Ужин.	17.50 - 18.10	17.55 - 18.15	18.00 – 18.20	18.00 – 18.15	18.00 – 18.15
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Игровая, самостоятельная деятельность, игры малой подвижности. Реализация ДОП, кружков по интересам.	18.10 – 18.30	18.15 – 18.30	18.20 – 18.40	18.15 – 18.40	18.15 – 18.45
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>30</b>
Самостоятельная деятельность. Уход детей домой.	18.30 – 19.00	18.35 – 19.00	18.40 - 19.00	18.40 - 19.00	18.45 - 19.00
	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>

### Теплый период года

Режимные моменты	группы				
	1-3 лет	2 младшая	средняя	старшая	Подготовительная
Прием воспитанников, утренний фильтр, осмотр, гигиенические процедуры, зарядка на улице	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
	<b>70</b>	<b>80</b>	<b>85</b>	<b>90</b>	<b>90</b>
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30	8.20 – 8.40	8.25 – 8.40	8.30 – 8.45	8.30 – 8.45
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Мероприятия по организации прогулки. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе игры средней и высокой подвижности не менее 30 минут.	8.30-10.30	8.40-10.40	8.40-10.40	8.45-10.45	8.45-10.45
	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>120</b>
Возвращение с прогулки, водные процедуры, 2-ой завтрак	10.30-10.50	10.40-11.00	10.40-11.00	10.45-11.00	10.45-11.00
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Самостоятельная деятельность, совместная игровая деятельность педагога с детьми, в том числе двигательные игры малой подвижности	10.50 -11.45	11.00 -11.45	11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.00
	<b>40</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
Подготовка к обеду. Обед	11.45-12.15	11.45-12.15	12.00-12.30	12.00-12.30	12.00-12.30
	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>30</b>
Подготовка ко сну, сон	12.15-15.15	12.15-15.15	12.30-15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
	<b>180</b>	<b>180</b>	<b>150</b>	<b>150</b>	<b>150</b>
Подъем, водные и закаливающие процедуры. Полдник	15.15 - 15.45	15.15 -15.45	15.00 - 15.20	15.00 - 15.20	15.00 -15.15
	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>
Игровая, самостоятельная, досуговая деятельность	15.45-16.30	15.45-16.30	15.20-16.30	15.20-16.30	15.15-16.30
	<b>45</b>	<b>45</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>75</b>
Мероприятия по организации прогулки. Прогулка на свежем воздухе (наблюдения, труд, игры), в том числе игры средней и высокой подвижности не менее 30 минут.	16.30 - 17.50	16.30 – 17.55	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00
	<b>80</b>	<b>85</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>90</b>
Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин.	17.50 - 18.10	17.55 - 18.15	18.00 – 18.15	18.00 – 18.15	18.00 – 18.15
	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
Самостоятельная деятельность, совместная игровая деятельность педагога с детьми, в том числе двигательные игры малой подвижности	18.10-19.00	18.15-19.00	18.15-19.00	18.15-19.00	18.15-19.00
	<b>50</b>	<b>45</b>	<b>45</b>	<b>45</b>	<b>45</b>
<b>Итого:</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>720</b>

### Продолжительность режимных моментов по возрастным группам

Режимные моменты	Возраст детей			
	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования	5.00 ч.	5.30 ч.	5.30 ч.	5.30 ч.
Ежедневная продолжительность прогулки (2 раза в день, в первую половину до обеда, во вторую половину дня)	3.00 ч.	3.10 ч.	3.10 ч.	3.00 ч.
Продолжительность дневного сна	3.00 ч.	2,5 ч.	2,5 ч.	2,5 ч.
Продолжительность суточного сна: 13.00 ч.				
Самостоятельная деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена)	1,5 – 2.00 ч.			
Продолжительность занятий	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Длительность занятий по физическому развитию	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
Максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня	в 1 половину дня не более 30 минут	в 1 половину дня не более 40 минут	50 мин. или 75 мин. при организации образовательного занятия после дневного сна	90 мин.
Перерывы между занятиями деятельности: не менее 10 минут				
Продолжительность общественно полезного труда (в форме самообслуживания, элементарного хозяйственно-бытового труда и труда в природе)	-	-	20 минут	20 минут