

Согласован
Врач-педиатр Т.В. Драгай



Утверждаю
Заведующий Т.В. Смирнова
28 августа 2025



**Режим дня на холодный период года
в первой младшей группе № 13 «Лягушата»
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность			7.00 – 8.10		
Подготовка к завтраку, завтрак			8.10 – 8.30		
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00		8.30-9.25		8.30-9.00
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10/ 9.10-9.20		9.25-9.35		9.00-9.10
Самостоятельная деятельность	9.20 – 9.35				9.10-9.35
Второй завтрак			9.35-9.45		
Подготовка к прогулке. Прогулка			9.45 – 11.20		
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, подготовка к обеду			11.20 – 11.45		
Обед			11.45 – 12.00		
Подготовка ко сну. Дневной сон			12.00 – 15.00		
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия			15.00 – 15.15		
Полдник			15.15 – 15.25		
Самостоятельная деятельность			15.25-15.40		
Занятия (по подгруппам)	15.40-15.50/ 16.00-16.10/ 16.20-16.30/ 16.40-16.50		15.40-15.50 (1 п.) 15.50-16.00 (2 п.)		
Самостоятельная деятельность	15.50-17.30		16.00-16.30		
Музыкальный досуг				16.20-16.30	
Чтение художественной литературы	17.30-17.40		16.30-16.40		
Подготовка к прогулке. Прогулка	17.40-19.00		16.40– 18.40		
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой			18.40 – 19.00		

Требования к организации режима дня и образовательной нагрузке

В соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и инструктивно-методическим письмом МО РФ № 65/23-16 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»

Требования СП и СанПиН	По СП и СанПиН	Фактически
Установленные часы приема пищи	Интервал между приемами пищи 3-4 часа. 12-часовое пребывание детей – 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	Соблюдается
Сон дневной	Не менее 3 часов	Соблюдается
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	8-10 минут/8-10 минут	Соблюдается
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается