

Согласован
Врач-педиатр



Т.В. Драгай

Утверждаю
Заведующий



Г.В. Смирнова

28 августа 2025

**Режим дня на холодный период года
в старшей группе № 14 «Капитошки»**

(режим работы группы 10 часов)

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00		8.45-9.20	8.45-9.00	
Занятия	9.00 – 9.25	9.00-9.25 (Л1) 9.35-10.00(Л2)	9.00-9.25	9.00-9.25 (Л1) 9.35-10.00(Л2)	9.00-9.20
Самостоятельная деятельность	9.20-10.00	9.25-10.00			9.20.10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-11.40	10.10-12.40	10.10-12.15	10.10-12.40	10.10-12.15
Занятия	11.40-12.05/ 12.15-12.40		10.10-10.35 12.15-12.40		12.15-12.40
Игры, самостоятельная деятельность	12.05-12.40				
Подготовка к обеду, обед	12.40 – 13.00				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей		15.40-16.20		15.40-16.25	
Занятия	15.40-16.05	16.15-16.40	15.40-16.05	16.15-16.40	15.40-16.05
Музыкальный досуг	16.15-16.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.50		16.05-16.50		16.05-16.50
Чтение художественной литературы	16.50-17.20				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.20-18.00				

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. 10-часовое пребывание детей - 4-х разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	2 часа 10 мин. – 3 часа 10 мин. (*)
Сон дневной	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 45 мин.	45 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 25 минут + / +	20-25 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

(*) В связи с тем, что режим работы группы компенсирующей направленности составляет 10 часов, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью 3-4 часа, родителям воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях.