

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 78  
Красносельского района Санкт-Петербурга «Жемчужинка»  
(ГБДОУ детский сад № 78 «Жемчужинка»)

**ПРИНЯТЫ**

Педагогическим Советом  
Образовательного учреждения  
Протокол от 30.08.2024 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНЫ**

Приказом от 30.08.2024 г. № 111-ад

**ПРИНЯТЫ**

С учетом мнения родителей  
(законных представителей):  
Советом родителей  
(законных представителей)  
воспитанников  
Протокол от 30.08.2024 г. № 5

**РЕЖИМЫ ДНЯ**

**(на период с 01.09.2024 г. по 31.05.2025 г.)**

Санкт-Петербург  
2024

**Режим дня на холодный период года  
во второй младшей группе № 6 «Русалочка»»**

**(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00				
Занятия	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.15 10.30-10.45/ 10.55-11.10/ 11.20-11.35/ 11.45-12.00	9.00-9.15 9.25-9.40		
Самостоятельная деятельность	9.40-10.00	10.10-10.30 10.45-12.00	9.40-10.00		
Второй завтрак	10.00-10.10				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.10-12.00	9.15-10.00	10.10-12.00		
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг			15.40-15.55		
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.25	15.55-16.25		15.40-16.25	
Чтение художественной литературы	16.25 – 16.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.00 – 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	Не менее 3 часов	Соблюдается
Сон дневной	2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 30 мин.	30 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 15 мин./ -	15 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
во второй младшей группе № 7 «Дюймовочка»**

**(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00				
Занятия	9.00-9.15	9.00-9.15 9.25-9.40			
Самостоятельная деятельность	9.40-10.00				
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30				
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.15-10.00	10.10-12.00			
Занятия	10.30-10.45/ 10.55-11.10/ 11.20-11.35/ 11.45-12.00				
Самостоятельная деятельность	10.45-12.00				
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг				15.40-15.55	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.25			15.55 – 16.25	15.40-16.25
Чтение художественной литературы	16.25 – 16.40				
Самостоятельная деятельность	16.40-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.00 – 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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 30 мин.	30 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 15 мин./ -	15 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в средней группе № 5 «Морские коньки»**

**(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.25				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50 - 9.00	8.50-9.24	8.50 - 9.00		
Занятия	9.00-9.20	9.24-9.37 9.47-10.00	9.00-9.20	9.00-9.13 9.23-9.36	9.00-9.20
Самостоятельная деятельность	9.20-10.00	9.50-10.00		9.36-10.00	9.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность			10.10-10.30		
Занятия	10.10-10.30	10.10-10.24	10.30-10.50/ 11.00-11.20/ 11.30-11.50/ 12.00-12.20	10.10-10.24	10.10-10.30
Самостоятельная деятельность		10.24-10.30	10.50-12.20	10.24-10.30	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30-12.20		9.20-10.00	10.30-12.20	
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30				
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 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				
Самостоятельная деятельность	15.40-16.25		15.40-16.05	15.40-16.25	
Музыкальный досуг			16.05-16.25		
Чтение художественной литературы	16.25-16.45				
Самостоятельная деятельность	16.45-17.25				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.25 – 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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	3-4 часа	3 часа – 3 часа 35 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не превышает 40 мин.	40 мин.
Перерыв между занятиями	Не более 20 мин./ -	13-20 мин./ -
Установленные часы приема пищи	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в средней группе № 8 «Морские котики»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.25				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50				
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00				
Занятия	9.00-9.20 9.30-9.50	9.30-9.50	9.00-9.13 9.23-9.36	9.00-9.20	9.00-9.20 9.30-9.50
Самостоятельная деятельность	9.50-10.00		9.36-10.00		9.50-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.30		10.10-10.45	10.10-10.30	
Занятия		10.10-10.23 10.33-10.49	10.10-10.24	10.30-10.50/ 11.00-11.20/ 11.30-11.50/ 12.00-12.20	
Самостоятельная деятельность			10.24-10.30	10.50-12.20	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30-12.20	10.49-12.20	10.30-12.20	9.20-10.00	10.30-12.20
Возвращение с прогулки, игры	12.20 – 12.30				
Подготовка к обеду, обед	12.30 – 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				
Самостоятельная деятельность	15.40-16.25			15.40-16.05	15.40-16.25
Музыкальный досуг				16.05-16.25	
Чтение художественной литературы	16.25-16.45				
Самостоятельная деятельность	16.45-17.20			16.25-16.45	16.45-17.20
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.20 – 19.00			16.45-19.00	17.20 – 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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	13-20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в старшей группе № 1 «Рыбки»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00				
Занятия	9.00-9.25	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25/ 9.35-10.00	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00-9.25
Самостоятельная деятельность	9.20-10.00		9.35-10.00		9.25-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность		10.10-11.00		10.10-11.00	
Занятия	10.10-10.35		10.10-10.35		10.10-10.40
Самостоятельная деятельность	10.35-11.00		10.40-11.00		10.40-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.00-12.40				
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				
Музыкальный досуг		15.40-16.05			
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.15	16.05-16.15			
Занятия	16.15-16.40		15.40-16.05		15.40-16.15/ 16.15-16.40/ 16.50-17.15/ 17.25-17.50
Игры, самостоятельная деятельность детей			16.05-16.40		16.15-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00				
Игры, самостоятельная деятельность детей	17.00-17.10				17.00-18.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10 – 19.00				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	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 периодами НОД	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в старшей группе № 2 «Осьминожки»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00				
Занятия	9.00 – 9.25 9.35-10.00		9.00-9.25	9.00-9.25	9.00-9.25
Самостоятельная деятельность	9.25-10.00				
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10.-10.45				
Занятия			10.45-11.10	10.10-10.35	10.30-10.55/ 11.05-11.30/ 11.40-12.05/ 12.15-12.40
Самостоятельная деятельность	10.10-11.10			10.10-11.10	10.55-12.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.10-12.40				9.25-10.00
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	15.40-16.15				
Занятия	15.40-16.05	15.40-16.05/ 16.15-16.40	15.40-16.05		
Музыкальный досуг					15.40-16.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.05-16.40				
Чтение художественной литературы	16.40 – 17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00-19.00				

**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	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

**Режим дня на холодный период года  
в старшей группе № 3 «Звездочки»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.30				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 8.45				
Игры, самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00				
Занятия	9.00 – 9.25	9.00-9.25 9.35-10.00	9.00 – 9.25		
Самостоятельная деятельность	9.25-10.00		9.25-10.00		
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.40	10.10-11.10	10.10-10.35		
Занятия	10.40-11.05		10.35-11.00		10.10-10.35
Самостоятельная деятельность	11.05-11.10		11.00-11.10		10.35-11.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.10-12.40				
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				
Музыкальный досуг	15.40-16.05				
Занятия	16.15-16.40	15.40-16.15/ 16.15-16.40/ 16.50-17.15/ 17.25-17.50		15.40-16.05/ 16.15-16.40	15.40-16.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.45	16.15-16.45	15.40-16.45	16.40-16.55	16.05-16.45
Чтение художественной литературы	16.45 – 17.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей		17.10-18.40			
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10-19.00	18.40-19.00	17.10-19.00		

**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	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

**Режим дня на холодный период года  
в подготовительной к школе группе № 4 «Капельки»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство,	7.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50				
Занятия	8.50-9.20 9.30-10.00	8.50-9.20	8.50-9.20 9.30-10.00		
Самостоятельная деятельность		9.20-10.00			
Второй завтрак	10.00 – 10.10				
Самостоятельная деятельность		10.10-10.50	10.10-11.20	10.10-10.45	10.10-11.20
Занятия	10.10-10.40	10.50-11.20		10.45-11.15	
Самостоятельная деятельность				11.15-11.20	
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40-12.40	11.20-12.40			
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				
Занятия	15.40-16.10/ 16.20-16.50/ 17.00-17.30/ 17.40-18.10		15.40-16.10/ 16.20-16.50	15.40-16.10	
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-18.30	15.40-16.40	16.10-16.40		16.10-16.20
Музыкальный досуг					16.20-16.50
Чтение художественной литературы	18.30-19.00	16.40-17.10			16.45-17.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой		17.10 – 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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	25-30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в подготовительной к школе группе № 9 «Бригантина»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50				
Занятия	8.50-9.20		8.50 – 9.20 9.30-10.00		8.50-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	9.20-10.00		9.20-10.00		9.20-10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10				
Игры, самостоятельная деятельность	10.10-10.45				10.10-10.45
Занятия	10.45-11.15			10.10-10.40/ 10.50-11.20	10.45-11.15
Игры, самостоятельная деятельность	11.45-11.15			10.40-11.20	11.15-11.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.20-12.45		10.10-12.45	11.20-12.45	
Подготовка к обеду, обед	12.45 – 13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Занятия	15.40-16.10		15.40-16.10/ 16.20-16.50/ 17.00-17.30/ 17.40-18.10	15.40-16.10	
Игры, самостоятельная деятельность	16.10-16.20	15.40-16.15	16.10-18.00	16.10-16.20	
Музыкальный досуг		16.15-16.45			
Чтение художественной литературы	16.20 – 16.50	16.45-17.10	18.00-18.30	16.20-16.50	
Игры, самостоятельная деятельность	16.50-17.10		18.30-19.00	16.50-17.10	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10-19.00			17.10-19.00	

**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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в подготовительной к школе группе № 10 «Юнги»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	7.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50				
Занятия	8.50 – 9.20 9.30-10.00	8.50-9.20	8.50 – 9.20 9.30-10.00	8.50-9.20	8.50 – 9.20 9.30-10.00
Игры, самостоятельная деятельность		9.20-10.00		9.20-10.00	
Второй завтрак	10.00 – 10.10				
Занятия		10.10-10.40		10-10-10.40	
Игры, самостоятельная деятельность	10.10-11.20	10.40-11.20	10.10-11.20	10.40-11.20	10.10-11.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	11.20-12.45				
Подготовка к обеду, обед	12.45 – 13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Занятия		15.40-16.10		15.40-16.10/ 16.20-16.50/ 17.00-17.30/ 17.40-18.10	15.40-16.10
Игры, самостоятельная деятельность	15.40-15.50	16.10-16.40		16.10-18.30	16.10-16.40
Чтение художественной литературы	15.50-16.20	16.40 – 17.10		18.30-19.00	16.40 – 17.10
Музыкальный досуг	16.20-16.50				
Игры, самостоятельная деятельность	16.50-17.10				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.10-19.00				

**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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 мин + / +
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в первой младшей группе № 11У «Черепашки»  
(режим работы группы 4 часа)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, ежедневная утренняя гимнастика	8.00 – 8.10				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10 – 8.30				
Самостоятельная деятельность	8.30 – 9.00				
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10 (1 п.) 9.10-9.20 (2 п.)		9.00-9.10		9.00-9.10 (1п.) 9.10-9.20 (2п.)
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	9.10-9.40				
Чтение художественной литературы	9.40-9.50				
Совместная деятельность, самостоятельная деятельность	9.50-10.20				
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	10.20-12.00				

**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. 4-часовое пребывание детей - 1-о разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа в день	1 час 40 мин. *
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

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

**Режим дня на холодный период года  
в первой младшей группе № 11В «Черепашки»  
(режим работы группы 4 часа)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20				
Занятия (по подгруппам)	15.20-15.30 (1 п.) 15.40-15.50 (2 п.)		15.20-15.30		15.20-15.30(1п.) 15.40-15.50(2п.)
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	15.30-15.50				
Полдник	15.50-16.00				
Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	16.00-16.40				
Чтение художественной литературы	16.40-16.50				
Совместная деятельность, самостоятельная деятельность	16.50-17.20				
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой	17.20 – 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. 4-часовое пребывание детей – 1-о разовое	Соблюдается
Общая продолжительность прогулки	3-4 часа	1 час 40 мин. *
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

(\*) В связи с тем, что режим работы группы кратковременного пребывания составляет 4 час, и нет возможности обеспечить общую продолжительность прогулки длительностью 3-4 часа, родителям (законным представителям) воспитанников даются рекомендации об обязательном проведении вечерней прогулки с детьми в домашних условиях.

**Режим дня на холодный период года  
в первой младшей группе № 12 «Пингвинята»  
(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				
Занятия (по подгруппам)	9.00-9.10				
Самостоятельная деятельность	9.10-9.30				
Второй завтрак	9.30-9.40				
Подготовка к прогулке. Прогулка	9.40 – 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 (1 п.) 15.50-16.00 (2 п.)				
Самостоятельная деятельность	15.50-16.20		15.50-16.30		15.50-16.20
Музыкальный досуг			16.30-16.40		
Чтение художественной литературы	16.20-16.30				16.20-16.30
Подготовка к прогулке. Прогулка	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

**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

**Режим дня на холодный период года  
во второй младшей группе № 17 «Дельфин»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40-9.00				
Занятия	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.15/ 9.25-9.40/ 9.50-10.05/	9.00-9.15 9.25-9.40	9.00-9.15	
Самостоятельная деятельность	9.40-10.05	9.15-10.05	9.40-10.05	9.15-10.05	
Второй завтрак	10.05-10.15				
Занятия		10.15-10.30 10.35-10.55		10.15-10.30	
Самостоятельная деятельность	10.15-10.30	10.30-10.55	10.15-10.30		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.30– 12.20	10.55-12.20	10.30 – 12.20		
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 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 – 16.30				15.40-16.25
Музыкальный досуг					16.25-16.40
Чтение художественной литературы	16.30–16.45				16.40-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	16.45 – 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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 30 мин.	30 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 15 мин./ -	15 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в средней группе № 16 «Катерок»  
(режим работы группы 12 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	7.00 – 8.20				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.40 – 9.00				
Занятия	9.00-9.20 9.45-10.05	9.00-9.13 9.23-9.36		9.00-9.20/ 9.30-9.50/	9.00-9.20 9.30-9.50
Самостоятельная деятельность	9.20-9.45	9.36-10.05		9.30-10.05	
Второй завтрак	10.05-10.15				
Занятия		10.15-10.29		10.15-10.35/ 10.45-11.05 11.10-11.30	
Самостоятельная деятельность	10.15-10.35	10.29-10.35		11.15-12.00	10.15-10.35
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.35 – 12.00				10.35-12.00
Возвращение с прогулки, игры	12.00 – 12.20				
Подготовка к обеду, обед	12.20 – 12.50				
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50 – 15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00 – 15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг				15.40-16.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей	15.40-16.40			16.00-16.40	15.40-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой.	17.00-19.00				

**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	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 40 мин.	40 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 20 мин./ -	20 мин./ -
Перерыв между занятиями	Не менее 10 минут	Соблюдается

**Режим дня на холодный период года  
в старшей группе № 18 «Капитаны»  
(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				
Занятия	9.00 – 9.25/ 9.35-10.00	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	9.25-10.00				9.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10				
Самостоятельная деятельность			10.10-10.40		
Занятия	10.10-10.35,		10.40-11.05	10.10-10.30	10.10-10.35
Самостоятельная деятельность	10.35-10.50	10.10-10.50		10.30-10.50	10.35-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.50-12.40		11.05-12.40	10.50-12.40	
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				
Музыкальный досуг	15.40-16.05				
Занятия	16.15-16.40	15.40-16.05	15.40-16.05 16.15-16.40	15.45-16.10	15.40-16.05
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.55	16.05-16.55	16.40-16.55	16.10-16.55	16.05-16.55
Чтение художественной литературы	16.55-17.20				
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	1 час 50 мин. – 2 часа 30 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

**Режим дня на холодный период года  
в старшей группе № 19 «Фрегат»  
(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 – 9.20	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	10.30-12.40	10.10-12.15	10.30-12.40	10.10-12.15
Занятия	11.40-12.05/ 12.15-12.40	10.10-10.30	12.15-12.40	10.10-10.30	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	16.20-16.45	15.40-16.05	16.25-16.50	15.40-16.05
Музыкальный досуг	16.15-16.40				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.40-16.50	16.45-16.50	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.

**Режим дня на холодный период года  
в подготовительной к школе группе № 15 «Крабики»**

**(режим работы группы 10 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00 – 8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35–8.50				
Занятия	8.50–9.20 9.30-10.00		8.50–9.20	8.50–9.20 9.30-10.00	
Второй завтрак	10.00–10.10				
Самостоятельная деятельность	10.10-10.15	10.10-10.40	9.20-10.00		
Занятия	10.15-10.45	10.40-11.10	11.35-12.05/ 12.15-12.45	10.10-10.40	
Самостоятельная деятельность					10.10-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40 – 12.45	11.10-12.45	10.10-11.35	10.40 – 12.45	
Подготовка к обеду, обед	12.45–13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15–15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00–15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25–15.45				
Музыкальный досуг			15.45-16.15		
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.15-16.20	15.45-16.30	16.15-16.20	16.15-16.30	
Занятия	16.20-16.50		16.20-16.50		15.45-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей					16.15-16.30
Чтение художественной литературы	16.50-17.00	16.30-17.00	16.50-17.00	16.30-17.00	
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00–18.00				

**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	1 час 50 мин. – 3 час 05 мин. (*)
Сон дневной	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 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

**Режим дня на холодный период года  
в подготовительной к школе группе № 14 «Капитошки»**

**(режим работы группы 10 часов)**

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ
Прием, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность, дежурство	8.00–8.35				
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35–8.50				
Занятия	8.50-9.20	8.50–9.20 9.30-10.00	8.50–9.20/ 9.30-10.00	8.50–9.20 9.30-10.00	
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.20-10.00		9.20-10.00		
Второй завтрак	10.00–10.10				
Занятия	10.10-10.40		10.10-10.40		
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.40-12.15	10.10-12.15	10.40-12.45	10.10-12.15	
Занятия	12.15-12.45	12.15-12.45		12.15-12.45	
Подготовка к обеду, обед	12.45–13.15				
Подготовка ко сну, дневной сон	13.15–15.00				
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, водные процедуры	15.00-15.25				
Подготовка к полднику, полдник	15.25 – 15.40				
Музыкальный досуг					15.40-16.10
Занятия	15.40-16.10				
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.10-16.40			15.40-16.40	16.10-16.40
Чтение художественной литературы	16.40-17.00				
Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой	17.00 – 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	1 час 20 мин. – 3 часа 05 мин. (*)
Сон дневной	2-2,5 часа	Соблюдается
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки	Не превышает 90 мин.	90 мин.
Продолжительность занятий: В 1 половине дня / Во 2 половине дня	Не более 30 минут + / +	30 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