


УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Начальная школа-детский сад №115»

подпись:  / Д.Н. Зельченко  
Дата: «30» августа 2022 г.



**РЕЖИМ ДНЯ.**

**ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 7 ЛЕТ**

Режимные моменты	Возрастная группа, период года							
	2 младшая группа		средняя группа		старшая группа		подготовительная	
	Холодное время года	Теплое время года	Холодное время года	Теплое время года	Холодное время года	Теплое время года	Холодное время года	Теплое время года
Прием детей, СД	07.00-08.05	07.00-08.05	07.00-08.10	07.00-08.10	07.00-08.15	07.00-08.15	07.00-08.15	07.00-08.15
Гимнастика	08.05-08.11	08.05-08.11	08.10-08.18	08.10-08.18	08.15-08.25	08.15-08.25	08.15-08.27	08.15-08.27
СД	08.11-08.30	08.11-08.30	08.18-08.30	08.18-08.30	08.25-08.35	08.25-08.35	08.27-08.35	08.27-08.35
Завтрак	08.10-08.30	08.15-08.35	08.15-08.35	08.20-08.40	08.20-08.40	08.25-08.45	08.25-08.50	08.30-08.55
СД	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.55-09.00	08.55-09.00
НОД (максимально допустимая нагрузка в утренние часы)	09.00-09.15 09.25-09.40	09.00-09.15	09.00-09.20 09.30-09.50	09.00-09.20	09.00-09.25 09.35-09.55	09.00-09.25	09.00-09.30 09.40-10.10 10.20-10.50	09.00-09.30
СД	09.40-10.05	09.15-09.35	09.50-10.10	09.20-09.35	09.55-10.15	09.25-09.40	10.50-11.05	09.30-09.40
Второй завтрак	09:45	09:45	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00
Прогулка	10.05-11.45	09.35-12.00	10.10-12.00	09.35-12.10	10.15-12.15	09.40-12.15	11.05-12.25	09.40-12.25
СД	11.45-12.15	12.00-12.15	12.00-12.20	12.10-12.25	12.15-12.30	12.15-12.25	12.25-12.35	12.25-12.35
Обед	11.50-12.20	12.00-12.30	12.10-12.30	12.15-12.40	12.20-12.50	12.25-12.55	12.30-12.55	12.40-13.00
СД	12.45-13.00	12.45-13.00	12.40-12.55	12.45-12.55	12.50-13.00	12.50-13.00	12.55-13.00	12.55-13.00
Сон	13.00-15.00	13.00-15.00	12.55-15.00	12.55-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
СД	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.15	15.00-15.15
НОД (если предусмотрено расписанием занятий)	-	-	-	-	15.25-15.50	15.25-15.50	15.35-16.05	15.35-16.05
СД*	15.25-16.40	15.25-16.40	15.25-16.45	15.25-16.45	(15.25-16.40)	(15.25-16.40)	(15.35-16.40)	(15.35-16.40)

					15.50-16.40	15.50-16.40	16.05-16.40	16.05-16.40
Ужин	16.00-16.20	16.00-16.20	16.15-16.35	16.05-16.25	16.10-16.30	16.05-16.25	16.10-16.30	16.05-16.25
СД	17.00-17.20	17.00-17.15	17.05-17.25	17.05-17.20	17.00-17.15	17.00-17.10	17.00-17.15	17.00-17.10
Прогулка, уход домой	17.20-19.00	17.15-19.00	17.25-19.00	17.20-19.00	17.15-19.00	17.10-19.00	17.15-19.00	17.10-19.00
Общая продолжительность НОД	30 мин	15 мин	40 мин	20 мин	45 мин	25 мин	1 ч 30 мин	30 мин
Общая продолжительность прогулки	3 ч 20 мин	>4 ч 10 мин	3 ч 25 мин	>4 ч 15 мин	3 ч 45 мин	>4 ч 25 мин	3 ч 05 мин	>4 ч 35 мин
Общая продолжительность сна	2 ч	2 ч	2 ч 05 мин	2 ч 05 мин	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч
Общая продолжительность СД	4 ч 34 мин	4 ч 09 мин	>4 ч 22 мин	>4 ч 02 мин	>3 ч 35 мин	>3 ч 45 мин	>3ч03мин	>3ч23мин

### ОРГАНИЗАЦИЯ РЕЖИМА ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,6 ДО 2 лет.

Режимные моменты	Холодный период года	Теплый период года
Прием детей, самостоятельная деятельность, игры	07.00-08.10	07.00-08.10(на воздухе)
Утренняя гимнастика	08.10-08.15	08.10-08.15(на воздухе)
СД	08.15-8.25	08.15-8.25
Завтрак	8.25-08.50	8.25-08.50
СД	08.50-09.00	08.50-09.00
Непосредственно образовательная деятельность (НОД) по подгруппам, игры	09.00-09.30	09.00-09.10
СД	09.30-09.55	09.10-09.30
Прогулка	09.55-11.10	09.55-11.10
СД	11.10-11.30	11.10-11.25
Обед	11.30-11.55	11.25-11.50
СД	11.55-12.10	11.50-12.05
Сон	12.10-15.10	12.10-15.10
СД	15.10-15.25	15.10-15.25
Непосредственно образовательная деятельность	15.40-15.50	-
СД	16.10-16.30	15.40-16.30
Ужин	16.00-16.20	16.00-16.20
СД	16.50-17.15	16.50-17.10
Прогулка, уход детей домой	17.15-19.00	17.10-19.00

### ***Обязательная часть***

Режим дня составлен с расчетом на 12- часовое пребывание ребенка в детском саду. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями. Продолжительность **ежедневных прогулок** - 3-4 часа. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. 2 - 2,5 часа отводится на **дневной сон**. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон не менее 3 часов. На **самостоятельную деятельность** детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена и самообслуживание, подготовка к предстоящему режимному моменту, пробуждение после сна) отводится 3-4 часа.

### ***Часть, формируемая участниками образовательных отношений***

В летний оздоровительный период организуются занятия физическому и художественно-эстетическому (музыка, рисование) развитию. Занятия по физической культуре и утренняя гимнастика организуются на улице (если позволяет погода). Организуются наблюдения в теплице.

**Сокращения, обозначения:**\* (продлевается за счет времени, указанном в скобках, если расписанием не предусмотрены вечерние занятия); «>» - не менее. «СД» - самостоятельная деятельность; «НОД» - непосредственно образовательная деятельность.