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 30.08.2023 г. № 1

**ПРИНЯТЫ**

С учетом мнения родителей
(законных представителей):
Советом родителей
(законных представителей)
воспитанников
Протокол от 30.08.2023 г. № 4

**УТВЕРЖДЕНЫ**

Приказом от 30.08.2023 г. № 130-ад

Подписано цифровой подписью: Смирнова Галина Викторовна

DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, OID.1.2.643.100.4=7710568760, ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Казначейство России
Причина: Я утвердил этот документ
Дата: 7 Сентябрь 2023 г. 11:48:50

# РЕЖИМЫ ДНЯ
## (на период с 01.09.2023 г. по 31.05.2024 г.)

**Санкт-Петербург**
**2023**

## *Режим дня на холодный период года во второй младшей группе № 5 «Морские коньки»*

**(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<br>9.25-9.40 | 9.00-9.15<br>10.30-10.45/<br>10.55-11.10/<br>11.20-11.35/<br>11.45-12.00 | 9.00-9.15<br>9.25-9.40 | | |
| Самостоятельная деятельность | 9.40-10.00 | 10.45-12.00 | 9.40-10.00 | | |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | | 10.10-10.30 | | | |
| 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 | | 15.55-16.40 | 15.40-16.25 | |
| Чтение художественной литературы | 16.25 – 16.40 | | 16.40-16.50 | 16.25 – 16.40 | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.40-17.00 | | 16.50-17.00 | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | Не менее 3 часов | Соблюдается |
| Сон дневной | 2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 30 мин. | 30 мин. |
| Продолжительность непрерывной ОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 15 мин./ - | 15 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года во второй младшей группе № 8 «Морские котики»*

**(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<br>10.30-10.45/<br>10.55-11.10/<br>11.20-11.35/<br>11.45-12.00 | 9.00-9.15<br>9.25-9.40 | | | |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-10.30<br>10.45-12.00 | 9.40-10.00 | | | |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 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 | | | | |
| 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.<br>12-часовое пребывание детей – 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 30 мин. | 30 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 15 мин./ - | 15 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в средней группе № 2 «Осьминожки»*

**(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 | | | | |
| Занятия | 9.00-9.13<br>9.23-9.36 | 9.00-9.20<br>9.30-9.50 | 9.00-9.13<br>9.23-9.36 | 9.00-9.20 | 9.00-9.20<br>10.30-10.50/<br>11.00-11.20/<br>11.30-11.50/<br>12.00-12.20 |
| Самостоятельная деятельность | 9.36-10.00 | 9.50-10.00 | 9.36-10.00 | 9.20-10.00 | |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-10.15 | 10.10-10.30 | 10.10-10.15 | | 10.50-12.20 |
| Занятия | 10.15-10.29 | | 10.15-10.29 | 10.15-10.35 | |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.30-12.20 | | | 10.35-12.20 | 9.20-10.00 |
| 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 | | | 15.40-15.55 | 15.40-16.25 |
| Чтение художественной литературы | 16.25-16.45 | | | 15.55-16.15 | 16.25-16.45 |
| Музыкальный досуг | | | | 16.15-16.35 | |
| Самостоятельная деятельность | 16.45-17.25 | | | 16.35-17.25 | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Самостоятельная деятельность детей | 3-4 часа | 3 часа – 3 часа 35 мин. |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 40 мин. | 40 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 20 мин./ - | 13-20 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в средней группе № 3 «Звездочки»*

**(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<br>9.30-9.50 | 9.00-9.13<br>9.23-9.36 | | 9.00-9.20 | 9.00-9.20<br>9.35-9.55 |
| Самостоятельная деятельность | 9.50-10.00 | 9.36-10.00 | | | 9.55-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-10.30 | 10.10-10.15 | 10.10-10.45 | 10.10-10.30 | |
| Занятия | | 10.15-10.29 | 10.45-10.59 | 10.30-10.50/<br>11.00-11.20/<br>11.30-11.50/<br>12.00-12.20 | |
| Самостоятельная деятельность | | | | 10.50-12.20 | 10.10-10.30 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.30-12.20 | | 10.59-12.20 | 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 | | | | |
| Музыкальный досуг | | 15.40-16.00 | | | |
| Самостоятельная деятельность | 15.40-16.25 | 16.00-16.25 | 15.40-16.25 | | |
| Чтение художественной литературы | 16.25-16.45 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 16.45-17.20 | | | | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 40 мин. | 40 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 20 мин./ - | 13-20 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в старшей группе № 4 «Капельки»*

**(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 | 9.00-9.20 | 9.00-9.20<br>9.30-9.55 | 9.00-9.20 | 9.00-9.25/<br>9.35-10.00 | 9.00-9.20 |
| Самостоятельная деятельность | 9.20-10.00 | 9.20-10.00 | | | |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-10.15 | 10.10-11.00 | 10.10-10.35 | 10.10-10.55 | |
| Занятия | 10.15-10.40 | | 10.15-10.40 | 10.55-11.15 | 10.15-10.40 |
| Самостоятельная деятельность | 10.40-11.00 | | 10.40-11.00 | | 10.40-11.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 11.00-12.40 | | | 11.15-12.40 | 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 | | | | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.40-16.15 | | | | |
| Занятия | 16.15-16.40 | 15.40-16.15/<br>16.15-16.40/<br>16.50-17.15/<br>17.25-17.50 | 15.40-16.05 | | |
| Музыкальный досуг | | | | | 15.40-16.05 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | | 16.15-18.40 | 16.05-16.35 | | |
| Чтение художественной литературы | 16.40-17.00 | | 16.35 – 17.00 | | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 17.00-17.10 | | 17.00-17.10 | | |
| 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 45 мин. | 45 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 25 минут<br>+ / + | 20-25 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в старшей группе № 9 «Бригантина»*

**(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 | | 8.45-9.35 | 8.45-9.30 | 8.45-9.00 |
| Занятия | 9.00 – 9.20<br>9.40-10.00 | 9.00-9.20 | 9.00-9.20 | 9.00-9.20 | 9.00-9.20 |
| Самостоятельная деятельность | | 9.20-10.00 | 9.20-10.00 | 9.55-10.00 | 9.20-10.00 |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Занятия | | 10.15-10.40 | 12.15-12.40 | | 12.15-12.40 |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-11.10 | 10.40-11.10 | | 10.10-11.10 | |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 11.10-12.40 | | 10.10-12.15 | 11.10-12.40 | 10.10-12.15 |
| 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/<br>16.15-16.40 | 15.40-16.05 | 15.40-16.05/<br>16.15-16.40/<br>16.50-17.15/<br>17.25-17.50 | 15.40-16.05 |
| Музыкальный досуг | | | 16.15-16.40 | | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.05-16.40 | | | 16.05-18.15 | 16.05-16.40 |
| Чтение художественной литературы | 16.40 – 17.00 | | | 18.15-18.40 | 16.40 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Уход детей домой | 17.00-19.00 | | | 18.40-19.00 | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 45 мин. | 45 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 25 минут<br>+ / + | 20-25 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в старшей группе № 10 «Юнги»*

**(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 | | 8.45-9.30 | 8.45-9.00 | |
| Занятия | 9.00 – 9.20 | | | | 9.00-9.20 |
| Самостоятельная деятельность | 9.20-10.00 | | | 9.20-10.00 | |
| Второй завтрак | 10.00-10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | | 10.10-10.40 | 10.10-10.30 | 10.10-10.15 | |
| Занятия | 12.15-12.40 | 10.45-11.10 | 10.30-10.55/ 11.05-11.30/ 11.40-12.05/ 12.15-12.40 | 10.15-10.40 | 10.10-10.35 |
| Самостоятельная деятельность | | | 10.55-12.40 | 10.40-11.10 | 10.35-11.10 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.10-12.15 | 11.10-12.40 | 9.20-10.00 | 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 | 15.40-16.05 | | 16.15-16.40/ 16.50-17.15 | 15.40-16.05 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.05-16.15 16.40-16.45 | 16.05-16.45 | 15.40-16.45 | 15.40-16.15 | 16.05-16.45 |
| Чтение художественной литературы | 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 |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 45 мин. | 45 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД: 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 подготовительной к школе группе № 7 «Дюймовочка»*

**(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<br>9.30-10.00/ | 8.50-9.20 | 8.50-9.20<br>9.30-10.00 | 8.50-9.20 | 8.50-9.20<br>9.30-10.00 |
| Самостоятельная деятельность | | 9.20-10.00 | | 9.20-10.00 | |
| Второй завтрак | 10.00 – 10.10 | | | | |
| Занятия | 10.10-10.40 | 12.10-12.40 | | 12.10-12.40 | |
| Самостоятельная деятельность | 10.40-11.20 | | 10.10-11.20 | | 10.10-11.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 11.20-12.40 | 10.10-12.10 | 11.20-12.40 | 10.10-12.10 | 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 | | | | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | | 15.40-16.20 | | | |
| Занятия | 15.40-16.10/<br>16.20-16.50/<br>17.00-17.30/<br>17.40-18.10 | 16.20-16.50 | 15.40-16.10 | | |
| Музыкальный досуг | | | | | 16.20-16.50 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 16.10-18.30 | | 16.10-16.40 | | |
| Чтение художественной литературы | 18.30-19.00 | 16.50-17.10 | 16.40-17.10 | | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 90 мин. | 90 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 30 минут<br>+ / + | 25-30 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в подготовительной к школе группе № 6 «Русалочка»*

**(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<br>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 | | | | |
| Занятия | 12.10-12.40 | | | 10.15-10.45/<br>10.55-11.25 | 12.10.-12.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность | | | | 10.45-11.25 | |
| Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) | 10.10-12.10 | | | 11.25-12.45 | 10.10-12.10 |
| 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/<br>16.20-16.50/<br>17.00-17.30/<br>17.40-18.10 | | 15.40-16.10 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 16.10-16.20 | 15.40-16.15 | 16.10-18.10 | 15.40-16.20 | 16.10-16.20 |
| Музыкальный досуг | | 16.15-16.45 | | | |
| Чтение художественной литературы | 16.20 – 16.50 | 16.45-17.10 | | 16.20-16.50 | |
| Игры, самостоятельная деятельность | 16.50-17.10 | | 18.00-19.00 | 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 |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 90 мин. | 90 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 30 минут<br>+ / + | 30 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

***Режим дня на холодный период года в подготовительной группе № 1 «Рыбки»***

**(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<br>9.30-10.00 | | | | |
| Второй завтрак | 10.00 – 10.10 | | | | |
| Занятия | | 10.10-10.40/<br>10.50-11.20 | | | |
| Игры, самостоятельная деятельность | 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/<br>16.20-16.50/<br>17.00-17.30/<br>17.40-18.10 |
| Игры, самостоятельная деятельность | 15.40-15.50 | 16.10-16.40 | | | 16.10-18.30 |
| Чтение художественной литературы | 15.50-16.20 | 16.40 – 17.10 | | | 18.30-19.00 |
| Музыкальный досуг | 16.20-17.10 | | | | |
| 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 90 мин. | 90 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 30 минут<br>+ / + | 30 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | 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.)<br>9.10-9.20 (2 п.) | | 9.00-9.10 | | 9.00-9.10 (1п.)<br>9.10-9.20 (2п.) |
| Игры, совместная деятельность, самостоятельная деятельность | 9.20-9.40 | | 9.10-9.40 | | 9.20-9.40 |
| 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.<br>4-часовое пребывание детей - 1-о разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа в день | 1 час 40 мин. * |
| Продолжительность НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | 8-10 минут/8-10 минут | Соблюдается |
| Перерыв между периодами НОД | 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.)<br>15.40-15.50 (2 п.) | | 15.20-15.30 | | 15.20-15.30(1п.)<br>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 НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | 8-10 минут/8-10 минут | Соблюдается |
| Перерыв между периодами НОД | 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.)<br>15.50-16.00 (2 п.) | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 16.00-16.20 | | 16.00-16.30 | 16.00-16.20 | |
| 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.<br>12-часовое пребывание детей – 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | Не менее 3 часов | Соблюдается |
| Продолжительность НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | 8-10 минут/8-10 минут | Соблюдается |
| Перерыв между периодами НОД | 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 НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня | 8-10 минут/8-10 минут | Соблюдается |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года во второй младшей 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 | 9.00-9.15<br>9.25-9.40 | 9.00-9.15/<br>9.25-9.40/<br>9.50-10.05/ | 9.00-9.15<br>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<br>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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 30 мин. | 30 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 15 мин./ - | 15 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в средней 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 | 9.00-9.20<br>9.45-10.05 | 9.00-9.13<br>9.23-9.36 | | 9.00-9-20/<br>9.30-9.50/ | 9.00-9.20<br>9.30-9.50 |
| Самостоятельная деятельность | 9.20-9.45 | 9.36-10.05 | | 9.50-10.05 | |
| Второй завтрак | 10.05-10.15 | | | | |
| Занятия | | 10.15-10.29 | | 10.15-10.35/<br>10.45-11.05<br>11.10-11.30 | |
| Самостоятельная деятельность | 10.15-10.35 | 10.29-10.35 | | 11.30-11.50 | 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.<br>12-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | Соблюдается |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 40 мин. | 40 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 20 мин./ - | 20 мин./ - |
| Перерыв между периодами НОД | Не менее 10 минут | Соблюдается |

## *Режим дня на холодный период года в старшей, 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 – 8.30 | | | | |
| 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 |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 45 мин. | 45 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД: В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 25 минут + / + | 20-25 мин + /+ |
| Перерыв между периодами НОД | 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 № 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 – 9.20 | 9.00-9.25 (Л1)<br>9.35-10.00(Л2) | 9.00-9.25 | 9.00-9.25 (Л1)<br>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 | 10.10-12.20 | 10.30-12.40 | 10.10-12.15 |
| Занятия | 11.40-12.05/<br>12.15-12.40 | 10.10-10.30 | 12.20-12.40 | 10.10-10.30 | 12.15-12.40 |
| 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 | 15.40-16.10 | 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.<br>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 |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 45 мин. | 45 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 25 минут<br>+ / + | 20-25 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | 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 № 18 «Капитаны»*

**(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<br>9.30-10.00 | | 8.50–9.20 | 8.50–9.20<br>9.30-10.00 | |
| Второй завтрак | 10.00–10.10 | | | | |
| Самостоятельная деятельность | 10.10-10.15 | 10.10-10.40 | 9.20-10.00 | | |
| Непрерывная образовательная деятельность | 10.15-10.45 | 10.40-11.10 | 11.35-12.05/<br>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.<br>10-часовое пребывание детей - 4-х разовое | Соблюдается |
| Общая продолжительность прогулки | 3-4 часа | 1 час 50 мн. – 3 час 05 мин. (*) |
| Сон дневной | 2-2,5 часа | Соблюдается |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 90 мин. | 90 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 30 минут<br>+ / + | 30 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | 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 № 19 «Фрегат»*

**(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<br>9.30-10.00 | | | |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 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.<br>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 |
| Максимальный объем образовательной нагрузки в первой половине дня | Не превышает 90 мин. | 90 мин. |
| Продолжительность непрерывной НОД:<br>В 1 половине дня / Во 2 половине дня | Не более 30 минут<br>+ / + | 30 мин<br>+ /+ |
| Перерыв между периодами НОД | 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