

Режим дня второй младшей группы (3-4 года)
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»

Длительность пребывания детей в группе: 10 часов

Сезон года: *холодный*

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.20 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 – 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 – 12.40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.40 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.30

На зарядку отводится не менее 10 минут ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Занятие для детей 3-4 лет должно длиться до 15 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Суммарная образовательная нагрузка для детей 3-4 лет не должна превышать 30 минут в день ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Время на второй завтрак можно не выделять, если увеличили калорийность первого на 5 процентов ([подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#))

Режим дня средней группы (4-5 лет)
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»

Длительность пребывания детей в группе: 10 часов

Сезон года: *холодный*

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15 – 10.05
Второй завтрак	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.30

На зарядку отводится не менее 10 минут ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Одно занятие для детей 4-5 лет должно длиться до 20 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Суммарная образовательная нагрузка для детей 4-5 лет не должна превышать 40 минут в день ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Двигательная активность суммарно за день должна составлять не менее 1 часа ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

На сон отводится не меньше 2,5 часов ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Кратность и время приемов пищи определяется по требованиям приложений [10](#) и [12](#) СанПиН 2.3/2.4.3590-20

На прогулку отводится не менее 3 часов в день ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Режим дня старшей группы (5-6 лет)
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»

Длительность пребывания детей в группе: 10 часов

Сезон года: **холодный**

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15 – 10.15
Второй завтрак	10.15 – 10.25
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.25 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.30

На зарядку отводится не менее 10 минут ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Время на второй завтрак можно не выделять, если увеличили калорийность первого на 5 процентов ([подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#))

Одно занятие для детей 5-6 лет должно длиться до 25 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Двигательная активность суммарно за день должна составлять не менее 1 часа ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Суммарная образовательная нагрузка для детей 5-6 лет не должна превышать 50 минут в день или 75 минут, если одно занятие пройдет после дневного сна ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

На прогулку отводится не менее 3 часов в день ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Кратность и время приемов пищи определяется по требованиям приложений [10](#) и [12](#) СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Режим дня подготовительной группы (6-8 лет)
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»

Длительность пребывания детей в группе: 10 часов

Сезон года: **холодный**

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 – 10.50
Второй завтрак	10.50 – 11.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 – 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 – 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.30

На зарядку отводится не менее 10 минут ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Время на второй завтрак можно не выделять, если увеличили калорийность первого на 5 процентов ([подп. 8.1.2.1 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#))

Одно занятие для детей 6-7 лет должно длиться до 30 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Суммарная образовательная нагрузка для детей 6-7 лет не должна превышать 90 минут в день ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Двигательная активность суммарно за день должна составлять не менее 1 часа ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Отведите на сон не меньше 2,5 часов ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Кратность и время приемов пищи определяйте по требованиям приложений [10](#) и [12](#) СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Режим дня ясельной группы (1,5 – 3 лет)
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»

Длительность пребывания детей в группе: 10 часов

Сезон года: холодный

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30 - 9.40 9.50 - 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10 – 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30 – 12.30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.30 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.30

**Режим дня группы Филиала д. Шишково
Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад «Дюймовочка»**

Длительность пребывания детей в группе: 9 часов

Сезон года: *холодный*

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	8.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.15 – 10.05
Второй завтрак	10.05 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.15 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	12.50 – 15.30
Полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	16.00 – 17.00

На зарядку отводится не менее 10 минут ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Одно занятие для детей 4-5 лет должно длиться до 20 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Если организуете два занятия подряд, сделайте перерыв между ними не менее 10 минут ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Суммарная образовательная нагрузка для детей 4-5 лет не должна превышать 40 минут в день ([таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Двигательная активность суммарно за день должна составлять не менее 1 часа ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

На сон отводится не меньше 2,5 часов ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))

Кратность и время приемов пищи определяется по требованиям приложений [10](#) и [12](#) СанПиН 2.3/2.4.3590-20

На прогулку отводится не менее 3 часов в день ([таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21](#))