

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 158»**

Принято педагогическим советом
Протокол № 1
от 30.08.20234

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 158
_____ Коротких Е.А.
Приказ № 48
от 30.08.2024

Режим дня

Общие положения.

В соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПин 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха» составлен примерный режим дня возрастных групп.

Примерные режимы дня групп соответствуют возрастным особенностям детей, способствуют их гармоничному развитию и учитывают следующие рекомендации:

- максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3 - 7 лет составляет 5,5 - 6 часов, до 3 лет – 5,5 часа;
- в течение каждого периода бодрствования предусматривается проведение прогулки, дневная суммарная продолжительность которых должна составлять не менее 3-х часов;
- самостоятельная деятельность детей занимает в течение дня 3-4 часа, которые используются для личной гигиены, подготовки к образовательной деятельности и игры;
- период дневного сна для дошкольников 2-3 года – 3,0 часа; 3-7 лет 2,5 часа;
- общая продолжительность режима дня – 12 часов.

РЕЖИМ ДНЯ В ДОУ (холодное время года)

Режимный момент	1 младшая группа (2–3 года)	2 младшая группа (3–4 года)	Средняя группа (4–5 лет)	Старшая группа компенсирующей направленности (5–6 лет)	Подготовительная группа (6–7 лет)
Прием детей, свободная игра, утренняя гимнастика	7:00–8:10	7:00–8:10	7:00–8:00	7:00–8:00	7:00–8:00
Подготовка к завтраку, завтрак, дежурство	8:10–8:40	8:10–8:40	8:00–8:30	8:00–8:20	8:00–8:20
Утренний круг	8:40–9:00	8:40–9:00	8:30–8:50	8:20–8:50	8:20–8:40
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	9:00–10:00	9:00–10:00	8:50–10:00	8:50–10:10	8:40–10:20
Второй завтрак ¹	10:00–10:10	10:00–10:10	10:00–10:10	10:10–10:20	10:20–10:30
Подготовка к прогулке, прогулка	10:10–12:00	10:10–12:00	10:10–12:00	10:20–12:10	10:30–12:10
Возвращение с прогулки, игры, занятия	12:00–12:20	12:00–12:20	12:00–12:20	12:10–12:30	12:10–12:30
Подготовка к обеду, обед, дежурство	12:20–13:00	12:20–13:00	12:20–13:00	12:30–13:00	12:30–13:00
Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон, постепенный подъем, профилактические физкультурно- оздоровительные процедуры	13:00–15:30	13:00–15:30	13:00–15:30	13:00–15:30	13:00–15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30–15:50	15:30–15:50	15:30–15:50	15:30–15:50	15:30–15:50
Игры, кружки, занятия, занятия со специалистами	15:50–16:50	15:50–16:50	15:50–16:50	15:50–16:50	15:50–16:50
Вечерний круг	16:50–17:00	16:50–17:00	16:50–17:00	16:50–17:00	16:50–17:00
Подготовка к прогулке, прогулка	17:00–18:20	17:00–18:20	17:00–18:20	17:00–18:20	17:00–18:20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, ужин, уход детей домой	18:20–19:00	18:20–19:00	18:20–19:00	18:20–19:00	18:20–19:00

¹ СанПин 2.3/2.4.3590-20, п. 8.1.2.1.

РЕЖИМ ДНЯ В ДОУ (теплое время года)

Режимные моменты	1 младшая группа (2-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа компенсирующей направленности (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
	Время проведения				
Прием, осмотр детей, игры, совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20	8.10-8.20
Возвращение с прогулки	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00	8.30-9.00
Совместная деятельность педагога и детей	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20	9.00-9.30	9.00-9.40
Второй завтрак	9.30-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	09.20-11:40	09.20-11:40	09.20-12:20	9.30-12:20	9.40-12:20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11:40 -11:50	11:40-12.10	12:10-12:20	12:20- 12:30	12:20- 12:30
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.20	12.10 –12.40	12.10 – 12.40	12.10 12.40	12.10 – 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.20 –15.30	12.40 –15.15	12.40 - 15.00	12.40-15.00	12.40 – 15.00
Постепенный подъем, подготовка к полднику	15.30 –15.50	15.15 –15.30	15.00 – 15.30	15.00-15.30	15.00 – 15.30
Полдник	15.30 –16.00	15.30 –16.00	15.30 – 16.00	15.30-16.00	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке	16.00 -16.30	16.00 - 16.25	16.00 - 16.20	16.00 -16.20	16.00 - 16.20
Совместная деятельность педагога и детей, свободная деятельность детей на прогулке	16.30 –18.10	16.25 –18.15	16.20 – 18.20	16.20-18.20	16.20 – 18.20
Возвращение с прогулки, водные процедуры	18.10 - 18:25	18.15-18:30	18.20-18:30	18.20-18:30	18.20-18:30
Ужин	18.30 –18.45	18.30 –18.45	18.30 – 18.45	18.30 18.45	18.30 – 18.45
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.45 -19.00	18.45 -19.00	18.45 - 19.00	18.45 -19.00	18.45 -19.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ "ДЕТСКИЙ САД № 158",**
Коротких Елена Анатольевна, заведующий

07.10.24 17:18 (MSK)

Сертификат
9CD411B4F1880A8FF32F0B826BB13C8459F161C6
Действует с 14.08.24 по 07.11.25