

РЕЖИМ ДНЯ МБДОУ №11 НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Содержание	1,5-3 года Группа раннего возраста	3 - 4 года Младшая группа	4 - 5 лет Средняя группа	5 - 6 лет Старшая группа	6 - 7 лет Подготовит ельная к школе группа
ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД ГОДА					
Утренний прием детей в группе/ на улице (утренняя прогулка), игры, самостоятельная деятельность, <i>/двигательная активность*</i>	7.30 - 7.50 (20 мин.) <i>15 мин. *</i>	7.30 - 7.55 (25 мин.) <i>20 мин. *</i>	7.30 - 7.55 (25 мин.) <i>25 мин. *</i>	7.30 - 7.55 (25 мин.) <i>25 мин. *</i>	7.30 - 8.05 (35 мин.) <i>30 мин. *</i>
Подготовка к утренней гимнастике	7.50-8.05	7.55-8.10	7.55-8.10	7.55-8.10	8.05-8.15
Утренняя гимнастика <i>/двигательная активность*</i>	8.05 - 8.15 <i>10 мин. *</i>	8.10 - 8.20 <i>10 мин. *</i>	8.10 - 8.20 <i>10 мин. *</i>	8.10 - 8.20 <i>10 мин. *</i>	8.15 - 8.25 <i>10 мин. *</i>
Подготовка к завтраку. Гигиенические процедуры. Развитие КНГ и навыков самообслуживания. Посадка детей	8.15 - 8.25	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.20 - 8.30	8.25 - 8.35
Завтрак	8.25 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00	8.30 - 9.00
Образовательная деятельность (в соответствии с расписанием на уч. год), перерывы между занятиями, не менее 10 минут)/ <i>двигательная активность*</i>	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30 <i>3-5 мин. *</i>	9.00 – 9.40 <i>3-5 мин. *</i>	9.00 – 9.50 <i>3-5 мин. *</i>	9.00 - 10.00 <i>3-5 мин. *</i>	9.00 - 10.50 <i>3-5 мин. *</i>

Самостоятельная игровая деятельность	9.30 - 10.00	9.40- 10.00	9.50 – 10.05	10.00–10.15	-
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30 - 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00
Прогулка на свежем воздухе/ двигательная активность*	10.00-11.30 (1ч.30мин.) <i>15 мин.*</i>	10.00-11.45 (1ч.45 мин.) <i>20 мин.*</i>	10.05 - 12.05 (2 часа) <i>25 мин.*</i>	10.15- 12.15 (2 часа) <i>25 мин.*</i>	10.50- 12.20 (1ч.30 мин.) <i>30 мин.*</i>
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.20-12.00	11.45-12.00	12.05-12.15	12.15-12.25	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00- 12.30	12.15 - 13.00	12.15- 13.00	12.30- 13.00
Дневной сон, постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30– 15.30 (3 часа)	12.30- 15.30 (3 часа)	13.00 - 15.30 (2ч. 30 мин.)	13.00- 15.30 (2ч. 30 мин.)	13.00- 15.30 (2ч. 30 мин.)
Подготовка к полднику, полдник	15.30– 16.00	15.30- 16.00	15.30 - 16.00	15.30- 16.00	15.30 - 16.00
Занятия (при необходимости)	-	-	-	16.00- 16.25	-
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00– 16.50	16.00- 17.00	16.00 - 17.00	16.25- 17.00	16.00 - 16.30
Подготовка к прогулке, прогулка , самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки/ двигательная активность*	16.50– 18.00 (1ч.10 мин.) <i>15 мин.*</i>	17.00- 18.00 (1 час) <i>20 мин.*</i>	17.00 - 18.00 (1 час) <i>25 мин.*</i>	17.00- 18.00 (1 час) <i>25 мин.*</i>	16.30 - 18.00 (1ч. 30 мин.) <i>30 мин.*</i>
Уход домой	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00
Показатели организации образовательного процесса Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21» Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» таблица 6.7. (введён в действие с 01.03.2021г.)					
Утренняя зарядка таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 (Утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 минут, до	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.

7 лет)					
Дневной сон таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 Продолжительность дневного сна, не менее: 3ч. (1-3года) 2ч.30 мин. (4-7 лет)	3 часа	3 часа	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.
Прогулка таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 Продолжительность прогулок, не менее 3 часа в день – для детей до 7 лет	3 ч.	3ч.05 мин.	3 ч.25 минут	3ч.25 мин.	3 ч. 35 мин.
Двигательная активность* (высчитано примерное время) таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 (Суммарный объем двигательной активности, не менее 1 часа в день, все возрастные группы)	1 час	1 ч. 15 мин.	1 ч.30 мин.	1 ч.30 мин.	1 ч.45 мин.

ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА

Содержание	1,5-3 года Группа раннего возраста	3 - 4 года Младшая группа	4 - 5 лет Средняя группа	5 - 6 лет Старшая группа	6 - 7 лет Подготовит ельная к школе группа
Утренний прием детей в группе/ на улице (утренняя прогулка), игры, самостоятельная деятельность, <i>/двигательная активность*</i>	7.30 - 7.55 (20 мин.) 20 мин. *	7.30 - 7.55 (25 мин.) 20 мин. *	7.30 - 8.00 (30 мин.) 20 мин. *	7.30 - 8.05 (35 мин.) 20 мин. *	7.30 - 8.05 (35 мин.) 20 мин. *
Утренняя гимнастика <i>/двигательная активность*</i>	7.55 - 8.05 10 мин. *	7.55 - 8.05 10 мин. *	8.10 - 8.20 10 мин. *	8.05 - 8.15 10 мин. *	8.10 - 8.15 10 мин. *
Подготовка к завтраку. Гигиенические	8.05 - 8.25	8.05 - 8.30	8.20 - 8.30	8.15 - 8.30	8.15 - 8.30

процедуры. Посадка детей за столами					
Завтрак	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Совместная деятельность. День интересных дел (в рамках тематического планирования)/ (занятия художественно-эстетической, физической направленности)	9.00 - 9.10 9.20 - 9.30	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 - 9.25	9.00 - 9.30
Самостоятельная деятельность (игры)	9.30-9.50	9.15-9.45	9.20-9.50	9.25-9.50	9.30-9.50
Второй завтрак	10.30-11.00	10.30-11.00	10.30 - 11.00	10.30- 11.00	10.30- 11.00
Прогулка на свежем воздухе/ двигательная активность*	9.50 -11.30 (1ч.40мин.) <i>35 мин.*</i>	9.45-11.45 (2часа) <i>40 мин*</i>	9.50 - 11.50 (2 ч.) <i>45 мин.*</i>	9.50- 12.00 (2ч.10 мин.) <i>55 мин.*</i>	9.50- 12.15 (2ч.25 мин.) <i>60 мин.*</i>
Возвращение с прогулки. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду.	11.30-12.00	11.45-12.00	11.50-12.05	12.00– 12.15	12.15-12.30
Обед	12.00-12.30	12.00- 12.30	12.05 - 13.00	12.15- 13.00	12.30- 13.00
Дневной сон, постепенный подъём, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30– 15.30 (3 часа)	12.30- 15.30 (3 часа)	13.00 - 15.30 (2ч. 30 мин.)	13.00- 15.30 (2ч.30 мин.)	13.00- 15.30 (2ч. 30 мин.)
Подготовка к полднику, 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	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20	16.00-16.20
Прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки/ двигательная активность*	16.30– 18.00 (2ч.) <i>15 мин.*</i>	16.20- 18.00 (1 ч.40мин.) <i>20 мин.*</i>	16.20 - 18.00 (1ч.40 мин.) <i>25 мин.*</i>	16.20- 18.00 (1ч.40 мин) <i>25 мин.*</i>	16.20 - 18.00 (1ч. 40 мин.) <i>30 мин.*</i>
Уход домой	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00	до 18.00

Показатели организации образовательного процесса

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21» Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» таблица 6.7. (введён в действие с 01.03.2021г.)

Утренняя зарядка таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 (Утренняя зарядка, продолжительность, не менее 10 минут, до 7 лет)	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Дневной сон таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 Продолжительность дневного сна, не менее: 3ч. (1-3года) 2ч.30 мин. (4-7 лет)	3 часа	3 часа	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.	2ч. 30 мин.
Прогулка таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 Продолжительность прогулок, не менее 3 часа в день – для детей до 7 лет	4 часа	4ч.5 мин	4ч.10 мин.	4ч.25 мин.	4ч.40мин.
Двигательная активность* (высчитано примерное время) таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21 (Суммарный объем двигательной активности, не менее 1 часа в день, все возрастные группы)	1 ч. 20 мин.	1 ч. 30 мин.	1 ч.40 мин.	1 ч.50 мин.	2 часа