

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОАУ № 50 Н. А. Конрат

Приказ от 28.08.2023 № 64

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса должны соответствовать требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учетом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

**Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня.**

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут
	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
Показатели организации режима дня		
Продолжительность ночного сна не менее	2 - 3 года / 4 - 7 лет	12 часов / 11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	2 - 4 года / 4 - 7 лет	3 часа / 2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

**Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения.**

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
Дошкольная организация, организация по уходу и присмотру	12 часов	завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин

ДОО может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь пунктами 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

- при отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно;
- при 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

В Федеральной программе приводятся примерные режимы дня для групп, функционирующих полный день (12-часов) и кратковременного пребывания детей в образовательной организации (до 5 часов), составленные с учетом СанПиН 1.2.3685-21 и показателей организации образовательного процесса. В расписании учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина).

**Организация распорядка (режима) дня в группе детей от 2 до 3 лет.**

Режимные моменты	Время
<b>Холодный период</b>	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к занятиям	9.00 – 9.15
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.15 – 9.45
Самостоятельная деятельность, игры	9.45 – 10.00
Второй завтрак	10.00 – 10.15
Игры, подготовка к прогулке, прогулка.	10.15 – 11.45
Двигательная активность на воздухе.	11.45 – 11.15
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Игры, самостоятельная деятельность.	16.00 – 16.15
Занятия в игровой форме по подгруппам.	16.15 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка.	16.45 – 18.15
Двигательная активность на воздухе.	17.15 – 17.45
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину.	18.00 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.45
Игры, уход домой	18.45 – 19.00
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>10 мин</i>
<i>Двигательная деятельность</i>	<i>1 час</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа</i>
<i>Сон</i>	<i>3 часа</i>

<b>Теплый период</b>	
<b>Режимные моменты</b>	<b>Время</b>
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, игры, утренняя гимнастика.	7.00 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.30 – 9.00
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, выход на прогулку.	9.00 – 9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей. Занятия в игровой форме по подгруппам.	9.30 – 11.30 9.40 – 10.10 10.10 – 10.20
Второй завтрак.	10.20 – 10.35
Двигательная активность на воздухе. Возвращение с прогулки, подготовка к обеду.	11.00 – 11.30 11.45 – 12.00
Подготовка к обеду, обед.	12.00 – 12.30
Подготовка ко сну, дневной сон. Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры.	12.30 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник.	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка. Самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам. Двигательная активность на воздухе.	16.00 – 18.00 16.20 – 16.50 17.15 – 17.45
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину.	18.15 – 18.30
Ужин	18.30 – 18.45
Игры, уход домой.	18.45 – 19.00
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>10 мин</i>
<i>Двигательная деятельность</i>	<i>1 час</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа</i>
<i>Сон</i>	<i>3 часа</i>

**Организация распорядка (режима) дня в группах общеобразовательной направленности для детей от 3 до 7 лет**

<b>Режимные моменты</b>	<b>для детей от 3 до 4 лет</b>	<b>для детей от 4 до 5 лет</b>	<b>для детей от 5 до 6 лет</b>	<b>для детей от 6 до 7 лет</b>
<b>Холодный период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут). Индивидуальная работа с ребенком инвалидом <sup>1</sup>	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50	8.30 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, подготовка к занятиям.	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия 2-минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут).	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.00	9.00 – 10.50
Игры, самостоятельная деятельность детей.	9.40 – 10.10	9.50 – 10.10	10.00 – 10.10	-
Второй завтрак	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки. Двигательная активность на воздухе.	10.20 – 11.45 10.45 – 11.15	10.20 – 12.00 10.45 – 11.15	10.20 – 12.00 10.45 – 11.15	10.50 – 12.15 10.45 – 11.15
Игры. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду, обед.	11.45 – 12.30	12.00 – 12.45	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45

Подготовка ко сну. Сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	12.30 – 15.30	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.30 – 15.45	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Занятия (при необходимости)	15.45 – 16.00	-	15.30 – 15.55	-
Игры, самостоятельная деятельность детей. Работа с ребенком инвалидом. <sup>1</sup>	15.30 – 16.30	15.30 – 16.30	15.55 – 16.30	15.30 – 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки. Двигательная активность на воздухе	16.30 – 18.15	16.30 – 18.15	16.30 – 18.15	16.15 – 18.15
	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00
Подготовка к ужину. Ужин.	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45
Игры. Уход домой.	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>
<i>Двигательная деятельность</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>
<i>Прогулка</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>	<i>3 часа</i>
<i>Сон</i>	<i>3 часа</i>	<i>2.5 часа</i>	<i>2.5 часа</i>	<i>2.5 часа</i>
<b>Теплый период года</b>				
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут). Индивидуальная работа с ребенком инвалидом <sup>1</sup>	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30	7.00 – 8.30
Завтрак	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00	8.30 – 9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке. Второй завтрак Двигательная активность на воздухе. Возвращение с прогулки.	9.00 – 11.45	9.00 – 12.00	9.00 – 12.15	9.00 – 12.15
	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20	10.10 – 10.20
	11.00 – 10.30	11.00 – 10.30	11.00 – 10.30	11.00 – 10.30
Игры. Самостоятельная деятельность детей. Подготовка к обеду, обед.	11.45 – 12.30	12.00 – 12.30	12.15 – 12.45	12.15 – 12.45
Подготовка ко сну. Сон. Постепенный подъем детей, закаливающие процедуры.	12.30 – 15.15	12.30 – 15.15	12.45 – 15.15	12.45 – 15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей. Работа с ребенком инвалидом. <sup>1</sup>	15.30 – 16.15	15.30 – 16.15	15.30 – 16.15	15.30 – 16.15
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей. Возвращение с прогулки. Двигательная активность на воздухе	16.15 – 18.15	16.15 – 18.15	16.15 – 18.15	16.15 – 18.15
	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00	17.30 – 18.00
Подготовка к ужину. Ужин.	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45	18.15 – 18.45
Игры. Уход домой.	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00	18.45 – 19.00
<i>Утренняя зарядка</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>	<i>10 мин</i>
<i>Двигательная деятельность</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>	<i>1 час</i>
<i>Прогулка</i>	<i>4 часа</i>	<i>4 часа</i>	<i>4 часа</i>	<i>4 часа</i>
<i>Сон</i>	<i>3 часа</i>	<i>2.5 часа</i>	<i>2.5 часа</i>	<i>2.5 часа</i>

<sup>1</sup> Для групп общеобразовательной направленности для детей от 6 до 7 лет № 8 и для детей от 3 до 4 лет № 10