

620105 г. Екатеринбург, ул. Академика Парина, 45А,
тел: +7/343/301-7-150, mail:mdou_150@mail.ru

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2
к Образовательной программе
дошкольного образования в группах
общеразвивающей направленности

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАДОУ детского сада № 150
Протокол от 27.08.2025 № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующим МАДОУ детского сада № 150
Рымкевич О.А.
Приказ от 01.09.2025 № 63-О



РЕЖИМ ДНЯ
в группах общеразвивающей направленности
МАДОУ детский сад № 150
на 2025-2026 учебный год

Пояснительная записка

Режим дня в образовательном учреждении составлен на основе следующих документов:

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, зарегистрировано в Минюсте России 29 января 2021 г., регистрационный № 62296);
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 150, утвержденный Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 2850/46/36 от 29.12.2021 г.;
- Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 150.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.

Режим дня обеспечивает систему распределения (чередования) периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур непрерывной образовательной и самостоятельной деятельности детей. Бодрое, жизнерадостное и в то же время, уравновешенное настроение детей в большой мере зависит от его строгого выполнения.

На 01.09.2025-2026 учебного года в МАДОУ детском саду № 150 функционирует 20 групп общеразвивающей направленности:

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) -2

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)-5

Средняя группа (от 4 до 5 лет) -4

Старшая группа (от 5 до 6 лет) -3

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) – 6

Режим дня составлен с расчетом на 10,5 часовое пребывание детей в детском саду.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей определяется с учетом времени, отведенного на:

- занятия, осуществляемые в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей с 3 до 7 лет составляет 5,5-6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3 часа в день. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня до обеда и во вторую половину дня перед уходом детей домой. Во время прогулки с детьми проводятся подвижные игры и физические упражнения.

Дневной сон организуют однократно. Для детей от 2 до 3 лет продолжительность дневного сна составляет 3 часа. Для детей с 4 до 7 лет продолжительность дневного сна составляет 2,5 часа.

Время, отведенное на занятия согласно СанПин 1.2.3685-21 составляет: для детей с

2 до 3 лет – 10 минут;

для детей 4-го года жизни – 15 минут; для детей 5-го года жизни – 20 минут; для детей 6-го года жизни – 25 минут; для детей 7-го года жизни – 30 минут

В младших и средних группах в первой половине дня не должна превышать 2-х занятий, а в старшей и подготовительной – 3-х. С детьми старшего дошкольного возраста занятие проводится во второй половине дня после дневного сна.

В середине времени, отведенного на занятие, проводится физкультминутка не менее 2 мин.

Перерывы между занятиями не менее 10 минут.

Рекомендуемое время прогулки на свежем воздухе с родителями 1-1,5 часа.

Режим дня, организация занятий с детьми, рациональный двигательный режим, закаливающие мероприятия, обеспечивающие благоприятные условия для развития детей, разрабатываются ОУ в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и возрастными особенностями детей, носит гибкий характер.

Режим пребывания детей в МАДОУ детского сада № 150

**Группа раннего возраста
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Теплый период года**

Режимные моменты	Время
Прием детей на улице, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	9.00-9.10 9.10-9.20 9.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.30-11.30
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00
Подготовка ко сну, дневной сон,	12.30-15.30
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры, полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	16.00–18.00
Занятия в игровой форме по подгруппам, активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	16.20-16.30 16.40-16.50
Уход домой	до 18.00

Группа раннего возраста
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
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	10.10-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

Младшая группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Теплый период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-9.20
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.20-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, процедуры закаливающие	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00–17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход детей домой	до 18.00

Младшая группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	09.00-09.20
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.20-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

Средняя группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Теплый период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-9.15
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.15-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00–18.00
Уход домой	до 18.00

Средняя группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
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
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

Старшая группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Теплый период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	9.00-9.15
Второй завтрак	10.15-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки.	9.15-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00–18.00
Уход домой	до 18.00

Старшая группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
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	10.15-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.40-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Занятия (при необходимости)	16.00-16.25
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.25-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

Подготовительная к школе группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Теплый период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Второй завтрак	10.15-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	9.00-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

Подготовительная к школе группа
(ежедневное время пребывания детей – 10,5 часов)
Холодный период года

Режимные моменты	Время
Утренний прием, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.30-8.30
Завтрак	8.30-9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия -2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00-10.50
Второй завтрак	10.15-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.50-12.00
Обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры	13.00-15.30
Полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00
Уход домой	До 18.00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 314759480899173588190521920305388469610856514928

Владелец Рымкевич Ольга Анатольевна

Действителен с 17.06.2025 по 17.06.2026