

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида №1 «Березка»  
(МБДОУ «Детский сад №1 «Березка»)**

---

**«ПРИНЯТО»**

Педагогическим советом МБДОУ  
«Детский сад № 1 «Березка»  
Протокол от 30.08.2024 №1

**«УТВЕРЖДЕНО»**

приказом заведующего МБДОУ  
«Детский сад № 1 «Березка»  
от 30.08.2024 № 16-а

**Режим дня**

**Муниципального бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
«Детский сад общеразвивающего вида №1 «Березка»  
на 2024-2025 учебный год**

**Соответствует ФГОС ДО и ФОП ДО**

## Режим дня группы сокращенного пребывания для детей 1,5–3 года с реализацией ООП ДО (10 часов)

### Режим дня группы сокращенного дня для детей от 1,5 года до 3 лет

Режим дня в группе детей от 1,5 до 3 лет рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников. Сон можно организовать один раз в день.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	8:00-8:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:20-8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-9:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9:00-9:30
Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9:30-9:40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:40-9:50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9:50-10:00
Активное бодрствование детей (физкультурные минутки)	10:00-10:10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:10-11:40
Самостоятельная деятельность детей	11:40-12:00
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	16:00-16:30
Подготовка к прогулке, прогулка (подвижные игры, предметная деятельность и другое)	16:30-17:30
Самостоятельная деятельность, уход домой.	17:30-18:00
<b>Теплый период года</b>	
Прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей); игры	8:00-8:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	8:20-8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-9:00
Подготовка к прогулке, выход на прогулку	9:00-9:30
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1 (в игровой форме по подгруппам)	9:30-9:40

Содержание	Время
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	9:40-9:50
Занятие 2 (в игровой форме по подгруппам)	9:50-10:00
Активное бодрствование детей время прогулки (подвижные игры)	10:00-10:20
Самостоятельная деятельность детей во время прогулки	10:20-11:40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11:40-12:00
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	16:00-16:30
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:30-16:50
Продолжение прогулки, игры	16:50-17:30
Самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	17:30-18:00

## Режим дня группы сокращенного пребывания для детей 3–4 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)

### 35.24. Режим дня группы сокращенного дня для детей от 3 до 4 лет

Режим дня в группе детей 3–4 лет рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30-09:00
Занятие 1	09:00-09:15
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:15-09:25
Занятие 2	09:25-09:40
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и др.)	09:40-10:00
Самостоятельная деятельность детей	10:00-10:15
Подготовка к прогулке, прогулка	10:15-11:45
Возвращение с прогулки, игры	11:45-12:00

Содержание	Время
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Занятия со специалистами, игры	16:00-16:30
Подготовка к прогулке, прогулка. Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:30-17:30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак	08:30-09:00
Подготовка к прогулке, прогулка	09:00-09:20
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	09:20-09:35
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:35-09:45
Занятие 2	09:45-10:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10:00-10:20
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10:20-11:45
Самостоятельная деятельность детей	11:45-12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:30
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:30-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00-16:30
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:30-17:30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00

## **Режим дня группы сокращенного пребывания для детей 4–5 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

### **35.25. Режим дня группы сокращенного дня для детей от 4 до 5 лет**

Режим дня в группе детей 4–5 лет рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже –15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Занятие 1	09:00-09:20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:20-09:30
Занятие 2	09:30-09:50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	09:50-10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20-11:50
Возвращение с прогулки, игры	11.50-12.00
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:50-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Занятия со специалистами, самостоятельная деятельность	16:00-16:30
Подготовка к прогулке, прогулка	16:30-17:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	17:00-17:30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Подготовка к прогулке, прогулка	09:00-09:20
Образовательная нагрузка во время прогулки	09:20-09:40
Занятие 1	
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:40-09:50
Занятие 2	09:50-10:10
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10:10-10:30
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10:30-11:50
Самостоятельная деятельность детей	11:50-12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:50
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:50-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Подготовка к прогулке, прогулка	16:00-16:30
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:30-17:30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00

\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

**Режим дня группы сокращенного пребывания для детей 5–6 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)**

### 35.26. Режим дня группы сокращенного дня для детей от 5 до 6 лет

Режим дня в группе детей 5–6 лет рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФООП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Занятие 1	09:00-09:25
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:25-09:35
Занятие 2	09:35-10:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	10:00-10:20
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:20-12:00
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:35-15:05
Занятие 3	15:05-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	16:00-16:20
Самостоятельная деятельность	16:20-16:40
Подготовка к прогулке, прогулка	16:40-17:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	17:00-17.30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Подготовка к прогулке, прогулка	09:00-09:20
Образовательная нагрузка во время прогулки	09:25-09:50
Занятие 1	
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:50-10:00
Занятие 2	10:00-10:25
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	10:25-10:45
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	10:45-12:00

Содержание	Время
Подготовка к обеду, обед	12:00-12:35
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:35-15:05
Занятие 3	15:05-15:30
Подготовка к полднику, полдник	15:30-16:00
Самостоятельная деятельность	16:00-16:40
Подготовка к прогулке, прогулка	16:40-16:50
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	16:50-17:30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00

\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

## Режим дня группы сокращенного пребывания для детей 6–7 лет с реализацией ООП ДО (10 часов)

### 35.27. Режим дня группы сокращенного дня для детей от 6 до 7 лет

Режим дня в группе детей 6–7 лет рассчитан на 10-часовое пребывание детей в ДОО и установлен с учетом требований ФГОС ДО, ФОП ДО, СанПиН 1.2.3685-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и СП 2.4.3648-20, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений, режима функционирования ДОО.

Режим дня учитывает сезонные изменения и предусматривает рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими особенностями воспитанников, обеспечивает хорошее самочувствие и активность ребенка, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. В теплый период года режим предусматривает увеличенную ежедневную длительность пребывания детей на свежем воздухе. В холодный период при температуре воздуха ниже –15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращается.

Оздоровительные процедуры (закаливание) проводятся при наличии письменных согласий родителей (законных представителей) воспитанников.

Содержание	Время
<b>Холодный период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Занятие 1	09:00-09:30
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:30-09:40
Занятие 2	09:40-10:10
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	10:10-10:30
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10:30-12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10-12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40-15:05
Занятие 3	15:05-15:35
Подготовка к полднику, полдник	15:35-16:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	16:00-16:30
Самостоятельная деятельность	16:30-16:40

<b>Содержание</b>	<b>Время</b>
Подготовка к прогулке, прогулка	16:40-17:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	17.00-17.30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00
<b>Теплый период года</b>	
Утренний прием детей (осмотр, термометрия, опрос родителей), игры, самостоятельная деятельность	08:00-08:20
Утренняя зарядка (гимнастика)	08:20-08:30
Подготовка к завтраку, завтрак*	08:30-09:00
Подготовка к прогулке, прогулка	09:00-09:10
Образовательная нагрузка во время прогулки Занятие 1	09:10-09:40
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	09:40-09:50
Занятие 2	09:50-10:20
Перерыв между занятиями (физкультурные минутки)	10:20-10:30
Занятие 3	10:30-11:00
Активное бодрствование детей во время прогулки (подвижные игры)	11:00-11:20
Продолжение прогулки, возвращение с прогулки	11:20-12:10
Подготовка к обеду, обед	12:10–12:40
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, оздоровительные и гигиенические процедуры	12:40–15:05
Активное бодрствование детей (гимнастика после сна)	15:05-15:35
Подготовка к полднику, полдник	15:35-16:00
Самостоятельная деятельность	16:00-16:40
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16:40-17:00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность)	17.00-17.30
Продолжение прогулки, уход домой	17:30-18:00

\* Второй завтрак отсутствует. Калорийность основного завтрака увеличена на 5% соответственно (п. 8.1.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).